

“PROCESO DE PREJUBILACIÓN”
PERCEPCIÓN DEL SUJETO SOBRE SU RETIRO LABORAL EN LA ETAPA DE
PREJUBILACIÓN

TRABAJO DE GRADO
PARA OPTAR AL TÍTULO DE
ESPECIALISTAS EN FAMILIA, INFANCIA Y ADOLESCENCIA

POR

KARLA KATERÍN HERNÁNDEZ MÉNDEZ

ANDRÉS FELIPE GARCÍA TORRES

SARA CARDONA PÉREZ

ASESORA

LAURA JANETH ROJAS RIOS

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL

2020

Tabla de Contenido

Resumen	4
Abstract	5
Introducción	6
Planteamiento del problema	8
Justificación	13
Pregunta de investigación	16
Objetivos	16
Objetivo general	16
Objetivos específicos	16
Marco de referencias	17
Marco de Antecedentes	17
Marco conceptual	21
Prejubilación	21
<i>Ambivalencia emocional</i>	23
Ciclo vital	24
<i>Tránsito satisfactorio</i>	27
Percepción	28
<i>Proyecto de vida</i>	29
Red de apoyo	31
<i>Apoyo social</i>	32
Retiro laboral	34
<i>Diálogo de saberes</i>	35
Dinámica Familiar	37
<i>Vínculo Familiar</i>	39
Marco legal	41
Marco contextual	44
Metodología	48
Paradigma Hermenéutico	48
Perspectiva teórica desde la Fenomenología	49
Enfoque Cualitativo	50

Método Fenomenológico	52
Técnicas e instrumentos	53
Consideraciones éticas	54
Consentimiento informado	55
Hallazgos	56
Capítulo I	56
Prejubilación como etapa de ciclo vital	56
Capítulo II	67
Construcción de Saberes de los Sujetos Prejubilados	67
Capítulo III	75
Relaciones construidas	75
Conclusiones	81
Anexos	85
Anexo I: Entrevista semiestructurada	85
Anexo II: Observación participante	88
Anexo III: Consentimiento Informado	90
Referencias	91

Resumen

Esta investigación busca comprender la percepción que tiene el sujeto en la etapa de prejubilación sobre su retiro laboral, donde sus voces narren las experiencias entorno a este momento crucial de su vida. Para esto, se estableció un dialogo con sujetos prejubilados en los entornos laborales de salud, educación, social y familiar con el propósito de tener una mirada integral de la realidad que viven estos sujetos a nivel social, familiar y laboral.

Por lo cual, se va a dialogar con sujetos prejubilados, a tres años de alcanzar la jubilación, que estén inmersos en alguno de estos tres entornos laborales: social-comunitario, salud y educación en la ciudad de Medellín. Las técnicas se aplicarán a siete sujetos en etapa de prejubilación, bajo la siguiente metodología: enfoque de la investigación cualitativo, paradigma es hermenéutico, como perspectiva teórica se contempla la fenomenología al igual que en el método, las técnicas de recolección de información son la entrevista semiestructurada y observación participante, se tienen en cuenta las consideraciones éticas y el consentimiento informado

Es así como las vivencias de los sujetos prejubilados plantean la necesidad de generar estrategias de intervención donde se busque un abordaje holístico y les permita un transitar armonioso en esta etapa de ciclo vital.

Uno de los hallazgos significativos es plantear la prejubilación como una etapa de ciclo vital, con el fin de generar procesos de reconocimiento a esta población para identificar su percepción sobre la jubilación y cuáles son los recursos cognitivos y conductuales con los que se enfrentan al retiro laboral.

Palabras Claves: Ciclo Vital, Percepción, Prejubilados, Red de apoyo, Vínculos afectivos.

Abstract

This research seeks to understand the subject perception during the early retirement stage about his retirement from work, where their voices tell the experiences related to this crucial moment in their life. To make this possible, it was established a dialogue with early retired people in health, education, social, and family environments aiming to have an integral look at the reality that those subjects live at a social, family, and work level.

Therefore, we will dialogue with early retired subjects, three years after reaching retirement, who are immersed in one of these three work environments: social-community, health and education in the Medellín city. The techniques will be applied to seven subjects in pre-retirement stage, under the methodology of qualitative research approach, the paradigm is hermeneutic, phenomenology is considered as a theoretical perspective and also is considered in the method, the techniques for gathering information are the semi-structured interview and participant observation, ethical considerations and informed consent are taken into account.

In this way, the experiences of early retired subjects raise the need to generate intervention strategies where a holistic approach is sought, and it allows them to have a harmonious transition in this life cycle stage.

One of the main findings is to consider early retirement as a stage in the life cycle, to generate recognition processes for this population and to identify their perception of retirement and which are the cognitive and behavioral resources to face the retirement from work.

Keywords: Life cycle, perception, early retires, support relationships, affective links.

Introducción

La presente investigación se apoya en comprender la información obtenida a partir de la indagación y los datos recolectados a través de dos técnicas: entrevista semiestructurada y observación participante, aplicadas a siete (7) sujetos que se encuentran en fase de prejubilación y que pertenecen los siguientes entornos: laboral en sector social/comunitario, laboral Salud y laboral en sector Educativo.

Por lo cual, se busca generar procesos de reconocimiento a esta población donde sean sus voces las que narren las experiencias entorno a la etapa de prejubilación y los contextos en los que se encuentran, y así identificar cuáles son los recursos cognitivos y conductuales con los que cuentan en esta etapa. Como especialistas en Familia, Infancia y Adolescencia, se problematiza esta temática y se generan construcciones sobre esta temática para contribuir con nuevas miradas en torno a esta etapa, partiendo que las personas en fase de prejubilación se ven inmersas en un proceso de reorganización integral de sus contextos en general.

Para esto, se realizaron se aplicaron entrevistas y observaciones participantes con los sujetos prejubilados con el objetivo de recolectar la información más pertinente y relevante sobre sus percepciones acerca de este acercamiento al cierre del ciclo laboral. Más adelante la información recolectada se articulará con los cimientos teórico-científicos encontrados a través de categorías de análisis que dan cuenta de la pregunta de investigación que se desarrolla a lo largo de este trabajo.

Para dar respuesta a la pregunta objeto de investigación, se abordan seis categorías de análisis, que se dividen en: Prejubilación, (aquí se encuentra la subcategoría de ambivalencia emocional); más adelante se encuentra la categoría de ciclo vital (aquí se evidencia la subcategoría de transición); posteriormente la categoría de Percepción (se aborda como

subcategoría el proyecto de vida); como cuarta su categoría está la Red de Apoyo (que contiene como subcategoría al apoyo social); al igual se encuentra la categoría de Retiro Laboral (aquí se aborda la subcategoría diálogo de saberes); y por último la categoría de Dinámica Familiar, (aquí se desarrolla la subcategoría del vínculo familiar). Estas categorías son las bases académicas de las cuales partiremos para dar una mirada más integral a la problemática, con el fin de dar una respuesta asertiva a la pregunta de investigación que está enfocada en identificar cuál es la percepción que tiene el sujeto sobre su retiro laboral en la etapa de prejubilación en la ciudad de Medellín.

Adicionalmente el texto se divide en tres capítulos. En el primero se realizan aportes al concepto de prejubilación a partir de los hallazgos de la investigación; el segundo hace un reconocimiento a los saberes de los sujetos prejubilados; y el tercero reconoce la importancia que tiene para los sujetos prejubilados las relaciones sociales, laborales y familiares para afrontar los cambios de esta nueva etapa de ciclo vital.

Uno de los hallazgos significativos de esta investigación surge al plantear la prejubilación como etapa de ciclo vital, reconociendo los cambios que trae esta situación a la vida de los sujetos y al contexto que lo rodea, además de los procesos de adaptación que debe asumir cada sujeto y su familia a los retos que trae este ciclo.

Planteamiento del problema

En la mayor parte de la vida de los seres humanos el ejercicio laboral se convierte en el epicentro de gran parte de las decisiones que toman estos, ya que desde temprana edad las personas buscan adquirir conocimientos y habilidades con la idea de encontrar un empleo que se adecúe a sus necesidades y estilo de vida, de forma tal que le permita suplir sus necesidades y deseos. A su vez, el trabajo es una variable constante que define la cotidianidad de este. Como afirma Reyes,

El trabajo determina gran parte del pasado de las personas (lo que ha conseguido), del presente (lo que se hace cada día) y del futuro (lo que queremos conseguir) y su pérdida, con frecuencia, hace que tambalean los cimientos de la identidad y los planes de vida (1999 en Carmona et.al, 2008, p. 102).

Es importante mencionar que, en el transcurso de la vida laboral, el ser jubilado es el ideal al cual se desea llegar después de muchos años de trabajo y es el momento en el que se ha conseguido la madurez otoñal de la vida; por lo tanto se ha enriquecido el proceso de vida con múltiples experiencias a nivel emocional, intelectual, laboral, económico y familiar; pero cuando es el momento de finalizar la vida laboral y afrontar el cese laboral por la jubilación, surge temor a asumir este nuevo cambio, ya que el ideal de jubilación se ve afectado por los múltiples comentarios de las personas que van instaurando en el sujeto la idea de jubilarse como sinónimo de desestabilización y fracaso, todo esto como consecuencia de la información sesgada (Chiesa & Sarchiellipág, 2008, p. 367). Por esto, en esta fase de preparación que es la prejubilación se hace necesario re estructurar el proyecto de vida ya que hay cambios como la disponibilidad de tiempo, el cese de actividades, la recreación, el sentimiento de pérdida entorno a las relaciones laborales, entre otros; que requieren que el sujeto busque maneras de adaptarse y establecer

herramientas para asumir este nuevo estilo de vida, en donde los individuos puedan hacer uso de los recursos cognitivos y conductuales de los que se ha dotado su personalidad, impidiendo que esta idealización se derrumbe.

Por ende, la principal problemática del jubilado en Colombia, es afrontar la incertidumbre y las diferentes emociones que trae consigo esta etapa del ciclo vital, para poder lograr este afrontamiento se ha venido instaurando el concepto de prejubilados que va a constituir en ese momento de preparación para el cambio tanto laboral como social, familiar y económico. Por esto, nace el interés de abordar en este ejercicio de investigación, la percepción del sujeto en etapa de prejubilación para reflexionar y comprender su rol sobre las representaciones sociales ante este contexto colombiano, que posee un nivel de gasto significativo por el gobierno nacional en materia pensional y que a pesar de las medidas legislativas no se evidencia cambio alguno.

En Colombia, en 2019, cotizan pensión cerca de 22 millones de personas para aspirar a una pensión de vejez (Galindo, 2019, p.4). La edad para que una persona pueda acceder a la jubilación es de 62 años para los hombres y a los 57 años para las mujeres. El DANE (2019) registra que la población mayor de 65 años constituye el 9.1% de los habitantes del país, aunque no son cifras elevadas en comparación con países como Italia donde su población mayor de 65 años es del 22.6% (Díaz, 2019).

Es así como los sujetos que están vivenciando este ciclo, han transcurrido un camino de experiencias que deberían ser escuchadas y sistematizadas al servicio de la ciencia, el arte, el trabajo en los diversos oficios por su riqueza conceptual, que se adquieren únicamente con el pragmatismo de la experiencia.

Teniendo en cuenta la importancia de los aportes que estos sujetos brindan a la sociedad, en el transcurso de la historia se han alcanzado múltiples logros como el sistema pensional que es entendido “como un cese ocupacional, relacionado con la edad y los años de servicio en una institución, momento a partir del cual el adulto mayor asume un nuevo rol conservando un vínculo monetario con la institución (pensión)” (Carmona, 2008, p. 102). Este proceso tan significativo en la vida del sujeto tiene una etapa de preparación y será la abordada en esta investigación llamada pre jubilación:

Tiene la condición de pre pensionable toda persona con contrato de trabajo que le falten tres (3) o menos años para reunir los requisitos de edad y tiempo de servicio o semanas de cotización para obtener el disfrute la pensión de jubilación o vejez (Corte constitucional T-357, 2016).

De lo anterior, se deben rescatar tres contextos claves donde el sujeto se desenvuelve; las dinámicas familiares, sociales y laborales. Estos contextos están correlacionados con el cambio de etapa del ciclo vital que está vivenciando el sujeto (pre jubilado), donde cada contexto influye en el sujeto y viceversa. Además, no se puede perder de vista que será en estos contextos donde se manifestarán los sentires, aprendizajes, miedos, retos y cambios que cada sujeto esté atravesando en el proceso de prejubilación.

En el contexto familiar, Estrada (1993) plantea que la familia tiene dos grandes objetivos, 1. Resolver las tareas o crisis que va enfrentando la familia en las diferentes etapas de desarrollo, y 2. Aportar los complementos a las necesidades de sus miembros, con el objeto de lograr una satisfacción en el presente y una preparación segura y adecuada para el futuro (en Torres et.al, 2008).

Cabe añadir que la familia tiene el reto de ser una red de apoyo y factor protector en el ciclo vital de prejubilado del sujeto.

Por otro lado, el contexto laboral no se limita a cumplir ciertas funciones sino a la gama de relaciones que se construyen, el trabajo en equipo y el fortalecimiento de conocimientos académicos como lo menciona Durán (2006),

Ya no es solo hacer trabajo de forma mecánica, asumir un tiempo para poderlo hacer, sino también una serie de vínculos como relaciones sociales que se gestan cuando se realiza un trabajo, la satisfacción de haber realizado una labor que considera gratificante, crecimiento personal, entre otras (en Romero, 2017, p. 123).

El entorno laboral también construye esquemas, moldea comportamientos y genera un sistema de emociones que, dependiendo de la experiencia puede ocasionar repercusiones positivas o negativas en el estado de salud físico y mental de las personas.

En ese orden de ideas, es válido entonces decir que la dinámica laboral enmarca todo un orden simbólico compuesto por relaciones y actividades que se generaron y siguen generando en ese ámbito de trabajo, conllevando a la construcción de una “identidad trabajadora”; dicha identidad se va a ver enfrentada a la necesidad inminente de transformación, ya que el tránsito entre el tiempo completo, ahora un espacio hogareño (en la mayoría de situaciones) y el cambio total de las funciones ejercidas en una rutina construida durante toda su vida laboral, obligará al sujeto a reestructurar sus dinámicas relacionales, trayendo consigo un impacto importante en la estructura biopsicosocial de la persona. Por eso la importancia de no solo ocupar e identificarse con solo ese espacio en particular, como lo plantea Osorio (2007) “buscar espacios de interacción generacional en otros ámbitos de la ciudad, comunitarios, familiares y sociales” (p. 210).

Por otra parte, esta investigación se va a desarrollar con sujetos en etapa de pre jubilación inmersos en tres entornos laborales de salud, educación, social y familiar con el propósito de tener una mirada integral de la realidad que viven estos sujetos a nivel social, familiar y laboral.

Durante el estado del arte, se puede evidenciar que esta temática cuenta con pocas investigaciones y artículos actualizados que aborden los entornos social y familiar, encontrando por otro lado un gran número de trabajos con un énfasis en lo legal (leyes, decretos y tutelas) que garantizan y brindan la estabilidad laboral y protección de derechos. Siendo notorio además que en el entorno social los artículos están referenciados a proyectos de intervención en el tránsito de los sujetos durante esta etapa, sin profundizar en los aspectos emocionales, sociales y familiares que ellos están vivenciando.

Por ende, se ha visto la pertinencia de realizar una investigación que abarque las percepciones de estos sujetos, dándole la importancia que tiene este cambio de ciclo vital para sus vidas y que repercute en los diferentes contextos en los que se desenvuelven. Por esto, se apuesta por darle voz a los sujetos en etapa de prejubilación y que sea esa historia la que en el futuro pueda contribuir a nuevos proyectos de investigación, políticas públicas y una responsabilidad social de la sociedad civil para realizar veeduría ciudadana de este derecho adquirido mediante el trabajo de toda una vida que garantice una vejez digna y la adaptación a la nueva etapa del ciclo vital con tranquilidad.

Es un reto para la investigación abordar esta temática dada la poca construcción teórica sobre la prejubilación, los significados que los sujetos han construido y las dinámicas que se desarrollan en los contextos familiares, sociales y laborales. Además, se busca aportar con la construcción de esta investigación a la reflexión sobre esta problemática y que se puedan generar a partir de esto nuevas propuestas sobre este tema.

Justificación

El tema elegido para la investigación, surge en primera instancia por el interés grupal de comprender la percepción que tiene el sujeto en la etapa de prejubilación sobre su retiro laboral. Por ende, en este trabajo se han planteado como objetivos específicos reconocer construcciones subjetivas a partir de las vivencias de la etapa de prejubilación, identificar retos a los que se enfrenta en su entorno social, laboral y relacional; y analizar dinámicas familiares y sociales de un sujeto en la etapa de prejubilación. Esta investigación se realizará en tres entornos: el primero es el entorno de educación entendido como los educadores, el segundo de salud referenciando al personal de salud y el tercero es el entorno social abordando concretamente a los profesionales vinculados con instituciones sociales, al tomar estos tres entornos se busca tener una visión más amplia del tema que se quiere abordar.

Es por esto que se busca generar procesos de reconocimiento a esta población para identificar su percepción sobre la jubilación y cuáles son los recursos cognitivos y conductuales con los que se enfrentan al retiro laboral y la última etapa de la vida y como especialistas en formación, también queremos contribuir en la problematización de este tema para generar nuevas miradas sobre las incertidumbres y cómo generar otras perspectivas en torno a esta nueva etapa del ciclo vital. Partiendo que las personas en fase de prejubilación se ven inmersas en un proceso de reorganización integral de sus contextos en general. Como plantea Berzosa:

Es un acontecimiento para la vida del individuo; en esta etapa de su ciclo vital debe afrontar la adaptación a un nuevo mundo. La jubilación puede constituir un motivo de satisfacción, de júbilo o por el contrario de disgusto. Pero en ambos casos influyen factores de orden material, de salud física, de relaciones sociales (en Domínguez y Vera, 2000, p. 117).

Esta investigación se centra en darle la palabra a estos sujetos y que sean sus voces las que cuentan las manifestaciones relacionales e introspectivas que están viviendo en este cambio de su ciclo vital, sin perder de vista el contexto en que se encuentra inmerso el sujeto, ya que las relaciones sociales, familiares y laborales van a permear las dinámicas que se desarrollan durante este ciclo.

La investigación pretende abordar la percepción de los prejubilados, para analizar las condiciones socioafectivas y plantear herramientas para futuros proyectos de intervención dónde se pueda acompañar holísticamente a estos sujetos en su cambio de ciclo vital. Así mismo, serán aportes importantes para generar programas dónde esta población logre culminar este ciclo vital de una manera funcional para él y su entorno. También potencializando el acompañamiento familiar dónde sean una red de apoyo con herramientas útiles para la contribución de su proceso transitorio.

Además, permitiendo la construcción de nuevas políticas públicas donde esta población sea visibilizada y se contribuya a potencializar los ámbitos de calidad de vida, y relaciones laborales, sociales y familiares.

Por otro lado, como se mencionó anteriormente, se puede evidenciar que el concepto de jubilación cuenta con pocas investigaciones y artículos actualizados que aborden los entornos social y familiar, encontrando por otro lado un gran número de trabajos con un énfasis en lo legal (leyes, decretos y tutelas) que garantizan y brindan la estabilidad laboral y protección de derechos. Esto además nos permite deducir que el concepto de prejubilación ha sido poco trabajado y se le ha restado la importancia que tiene. Es importante añadir la poca profundización e importancia que se le da a la prejubilación, el sustento teórico se centra en la jubilación y todos

los cambios que esto conlleva dejando de lado ese proceso de preparación que constituye la prejubilación.

Pregunta de investigación

¿Cuál es la percepción que tiene el sujeto sobre su retiro laboral en la etapa de prejubilación en la ciudad de Medellín?

Objetivos

Objetivo general

Comprender la percepción que tienen el sujeto en la etapa de prejubilación sobre su retiro laboral.

Objetivos específicos

1. Reconocer construcciones subjetivas generadas por el sujeto a partir de las vivencias de la etapa de prejubilación.
2. Analizar dinámicas familiares, laborales y sociales del sujeto en la etapa de prejubilación.
3. Identificar retos a los que se enfrenta el sujeto en etapa de prejubilación en su entorno social, laboral y relacional.

Marco de referencias

Marco de Antecedentes

Con base en el rastreo bibliográfico realizado, se pudo evidenciar que en su mayoría los estudios son multimétodo, permitiendo una aproximación más comprensiva sobre la jubilación y su transición. A partir de esto se describen diferentes contextos donde la población *prejubilable* está inmersa en los sectores públicos y privados, campos de acción como educación o salud, entre otros. Estas investigaciones particularmente encontraron un punto en común que permitió identificar como conclusión la multiplicidad de factores de riesgo que corre esta población categórica, si no es correctamente sensibilizada y acompañada para la trascendencia del cambio que este ciclo de prejubilación conlleva, tales como factores físicos, emocionales, psíquicos y por ende, relacionales; además de reconocer e identificar estos factores, se evidenció de igual manera la apuesta por la formulación de estrategias y proyectos basados en la prevención de estas posibles dificultades.

Según Dornell (2014) se evidenció la suma importancia de tener como base la adecuada formación que se da en el transcurso de la prejubilación, teniendo en cuenta el tiempo de adaptación y ajuste que el retirarse amerita, las construcciones individuales de cada sujeto, sus intereses y claro está, los recursos que también tenga la institución. Por consiguiente es sensato afirmar que el sentido de vida, los proyectos, expectativas, metas, emociones y demás componentes de la persona son sumamente importantes en todo el proceso de prejubilación con el fin de proponer estrategias eficaces en pro del mantenimiento asertivo emocional y físico, como lo afirma Lucero y Yarce (2018) “proponer estrategias de formación en un plan de retiro efectivo, donde, además de la adquisición de nuevos conocimientos productivos, se posibilite la

búsqueda de un nuevo sentido de vida, para llegar a un envejecimiento activo, exitoso y satisfactorio” (p. 105).

Con respecto a la reconstrucción que vive el sujeto en esta etapa, se pudo establecer que existe una relación directa entre la preparación a la jubilación y la estabilidad emocional, ya que la desinformación de esta transición podría generar ideas equívocas de la prejubilación, y como consecuencia podría alterar su estabilidad emocional, generando malestar psicológico con ascendentes niveles de ansiedad. Esta posible y desafortunada consecuencia indirectamente configura la creencia que es muy común en el entorno escuchar: el jubilado que se queda en su casa muere más rápido porque se siente inútil y estorboso; si partimos de esta premisa, la idea de mantenerse ocupado y en movimiento cobrará relevancia en contra de la pérdida y la muerte (Torres et.al, 2016, p. 80). Una vez que la percepción de la jubilación se ve afectada por ideas incorrectas, se irá modificando la concepción de la misma y poco a poco ligándose la idea de jubilarse como sinónimo de desestabilización y fracaso, todo esto como consecuencia de la información sesgada (Chiesa & Sarchiellipág, 2008, p. 367).

La jubilación se considera a menudo un evento caracterizado por la pérdida: la pérdida de trabajo, remuneración e identidad (Bossé et.al, 1990). Por este motivo, la jubilación supone una importante reestructuración de las funciones que, según Super (1990), definen el espacio de la vida de una persona y, por consiguiente, requiere flexibilidad y capacidad de adaptación a las nuevas condiciones.

Etiquetando de antemano, esta etapa el fin de su vida proactiva, una etapa de inutilidad y que poco a poco afectará su desempeño familiar y social, ocasionando altos niveles de angustia, tristeza y ansiedad.

Partiendo de lo anterior, es posible enunciar que el proceso de prejubilación es la primera fase de reconstrucción de roles familiares y sociales, afirma Osorio (2007) “La rutina es delineada por la actividad laboral gran parte de la vida, pero sin duda que la post-jubilación va generando su propia estructuración cotidiana” (p. 198). En ese orden de ideas, es válido entonces decir que la dinámica laboral enmarca todo un orden simbólico compuesto por relaciones y actividades que se generaron y siguen generando en ese ámbito de trabajo, conllevando a la construcción de una “identidad trabajadora”; dicha identidad se va a ver enfrentada a la necesidad inminente de transformación, ya que el tránsito entre el tiempo completo, ahora un espacio hogareño (en la mayoría de situaciones) y el cambio total de las funciones ejercidas en una rutina construida durante toda su vida laboral, obligará al sujeto a reestructurar sus dinámicas relacionales, trayendo consigo un impacto importante en la estructura biopsicosocial de la persona. Por eso la importancia de no solo ocupar e identificarse con solo ese espacio en particular, como lo plantea Osorio (2007) “buscar espacios de interacción generacional en otros ámbitos de la ciudad, comunitarios, familiares y sociales” (p. 210).

De esta manera se percibe en el contexto que la jubilación es la finalización de una etapa laboral, pero no es el final de la vida misma, como lo explica Hernández (2010) “Una cosa es dejar de desempeñar un trabajo remunerado y otra muy distinta perder las capacidades para el ejercicio de actividades y ocupaciones gratificantes para la persona y útiles para la sociedad” (p. 110). Por eso la revisión de los antecedentes dejó como resultado la importancia de la lectura del contexto y de la realidad de los sujetos con el fin de promover una prejubilación y jubilación asertiva, ya que como lo indica Hernández (2010) “Una jubilación o una prejubilación mal asimiladas o para las que no haya habido la preparación conveniente, pueden suponer un malestar social, del que se derivarán el malestar psíquico y, en su caso, el físico también” (p.

110), previniendo que el impacto del cambio no se torne como un factor que intensifica el riesgo para ese sujeto, sino por el contrario, enfrentar la transición con las herramientas más pertinentes y hacer del proceso de cambio una experiencia enriquecedora. De tal manera que el reconocimiento de estos factores de riesgo permitirá realizar unos procesos de intervención o estrategias de formación con un enfoque más acorde a la realidad misma.

Es importante añadir la poca profundización e importancia que se le da a la prejubilación, dado que el sustento teórico se centra en la jubilación y todos los cambios que esto conlleva dejando de lado ese proceso de preparación que constituye la prejubilación. Es por esto que esta investigación se centra en comprender la percepción que los sujetos han ido construyendo en torno a la etapa de prejubilación.

Marco conceptual

En este apartado se definen los diferentes conceptos que fueron utilizados a lo largo de esta investigación y que, a su vez permitirán tener una comprensión más detallada sobre el desarrollo de la misma, posicionando al lector en el contexto y perspectiva que se intenta describir referente al tema a investigar. La investigación se fundamentará en la terminología aquí descrita.

Categorías	Subcategorías
Prejubilados	Ambivalencia emocional
Ciclo vital	Transito satisfactorio
Percepción	Proyecto de Vida
Red de apoyo	Apoyo social
Dinámica Familiar	Vinculo
Retiro Laboral	Diálogo de saberes

Prejubilación

Durante esta investigación surgió la inquietud del concepto al cual referirse a los sujetos que están próximos a terminar su ciclo laboral, van a recibir una pensión y entrar en un tiempo de cese de actividades laborales.

Entonces se entiende que, la pensión es “la cantidad periódica, temporal o vitalicia, que la seguridad social paga por razón de jubilación, viudez, orfandad o incapacidad”. Por ende, el pensionado es “quien tiene o cobra una pensión” (Real Academia española, 2014).

Por otro lado, un jubilado es “cuando un sujeto, que ha cotizado el período mínimo exigido para jubilarse por la norma, llega a la edad legal y se abre su derecho de jubilarse”

(Blázquez, 2019, párr. 1). Es decir, un jubilado es una “Persona que, cumplido el ciclo laboral establecido para ello, deja de trabajar por su edad y percibe una pensión” (Real Academia española, 2014).

Estos dos conceptos no son lo mismo, la pensión es un término general y la jubilación un término específico. En esta investigación entonces vemos pertinente trabajar con el término de jubilación, ya que es un término específico que solo hace referencia a la pensión que va a recibir una persona por su edad o por los años trabajados, sin abordar aquellas personas que logran recibir pensión por otras características (Barajas, 2000).

De manera complementaria, se entiende al prejubilado como “aquellos servidores (...) a los que les falte tres años o menos para cumplir los requisitos que les permitirían acceder a la pensión de jubilación o vejez” (Sentencia SU897, 2012). Es decir, aquellos sujetos que se encuentran en una etapa de preparación emocional y legal para asumir el cese de actividades laborales, la jubilación.

En esta investigación se toma entonces como base los conceptos de jubilación y prejubilación para nombrar a los sujetos que cumplen las características mencionadas anteriormente. Sin embargo, el énfasis se establece en el concepto de prejubilación y en las construcciones que estos sujetos han establecido entorno al retiro laboral.

De manera complementaria, es importante mencionar que la prejubilación se entiende como “la etapa de preparación previa a la jubilación [y] coincide con una progresiva clarificación de las actitudes sobre la jubilación y una planificación del tiempo y de la forma de su retiro de la vida laboral” (Chiesa & Sarchielli, 2008, pág. 368). Es decir, la prejubilación es una etapa donde el sujeto inicia la reflexión en torno a su salida del mundo laboral y se enfrenta al reto de

establecer nuevas metas, actividades y tareas para el cambio debido a la nueva etapa del ciclo vital y la disposición de un mayor tiempo libre.

Por último, cada sujeto vivencia la prejubilación de una manera diferente, esto se debe a la identidad, las relaciones construidas y la labor que desempeñan.

A partir de los sentimientos que vivencian los sujetos prejubilados surge la ambivalencia emocional.

Ambivalencia emocional.

Desde esta investigación, se considera la ambivalencia como “la presencia de dos sentimientos opuestos frente a una misma situación u objeto” (Real Academia española, 2014). De manera complementaria se entiende a la ambivalencia emocional como “la experimentación simultánea de emociones positivas y negativas” (Losada et.al, 2020, p. 15).

Así, la literatura habla de cómo los sujetos tienen, por un lado, deseo y anhelo a jubilarse para ocupar su tiempo en nuevas actividades con mayor libertad (Cruz, 2011) y, por otro lado, los individuos evocan sentimientos de tristeza ante la perspectiva de abandonar sus actividades laborales, con la posibilidad de que sus vínculos laborales desaparezcan y ante las eventuales dificultades que puede generar ajustar a nuevas rutinas, individuales y familiares, redefinir su identidad en una faceta ajena y encontrar un nuevo propósito para las días venideros, una vez que se alcance la jubilación (Zhan et al, 2019).

Respecto a este último aspecto, Zhan et al (2019) y Froidevaux (2017) exponen cómo los individuos empiezan la formación de su identidad de jubilados cuando aún están trabajando, disociando de dicha identidad el desarrollo y éxito laboral. Con ello, el individuo debe plantearse nuevos significados acerca de su presente, pasado y futuro en donde se cuestiona la importancia

que tiene este, una vez jubilado, en el entramado social, generando cuestionamientos sobre nuevas formas de aportar a la comunidad y la sociedad en la que habita.

La relevancia de abordar este aspecto en la investigación radica en que la etapa de la prejubilación no es únicamente un tiempo de preparación, sino que esta está rodeada de emociones y sentimientos contradictorios entre sí. Por ende, si bien las personas experimentan la sensación de una mayor libertad para realizar nuevas actividades, al mismo tiempo perciben una sensación de angustia por enfrentarse a un cambio en su identidad al desvincularse del ámbito laboral. Dado esto, la etapa de prejubilación debe entenderse también con un componente emocional que puede ser diciente del proceso para alcanzar el retiro laboral.

Ciclo vital

En esta investigación se abordará el ciclo vital individual y familiar, por lo cual se ve necesario definir estos dos conceptos. Partimos entonces que el Ciclo Vital Individual es entendido como el desarrollo progresivo de etapas del ser humano, este ciclo tiene su origen dentro del ciclo vital familiar. Entendemos este ciclo entonces como,

El proceso gradual de desarrollo que involucra cambios sucesivos en las diferentes etapas, hasta lograr un estado final de ciclo de vida con un verdadero sentido de totalidad y de propósito, que le permitan sentir que ha logrado vivir en forma plena y satisfactoria (Castaño et al, 2019)

Así, las personas atraviesan por diferentes cambios desde el momento en el que nacen hasta su fallecimiento, implicando cambios en la manera de abordar las nuevas situaciones que se le presentan durante todo el ciclo (Oyarzún, s.f). Además, el ciclo vital permite vislumbrar trazos sobre la conducta de las personas, que han sido moldeadas a través del contexto social y

familiar al que hacen parte (Rojas, 2014). Si bien el ciclo vital individual puede verse influido por el ambiente familiar, es importante comprender que cada etapa que atraviesa el individuo va a repercutir en la vida familiar en la cual se encuentra inmerso, por esto se ve necesario también abordar el ciclo vital familiar. Por ende, se inicia clarificando el concepto de familia que se va a tener durante esta investigación,

La familia es un grupo de personas que cohabitan en un espacio, comparten objetivos en común, cumplen con el objetivo de socialización de los individuos, y a su vez, permiten la permanencia de la especie humana. Lo anterior pone en evidencia que, en el proceso de adaptación de las familias, éstas no son inmunes a los cambios sociales” (Semenova et.al, 2015, p. 106).

La familia vivencia de manera conjunta un sin fin de circunstancias que hacen parte del desarrollo individual de cada miembro o dificultades/retos del contexto. Estas etapas emocionales o circunstanciales se definen como el *Ciclo Vital Familiar*.

El Ciclo Vital Familiar implica atravesar etapas necesarias de acuerdo a los momentos evolutivos de la familia, y también de los desarrollos y aportes personales de quiénes la conforman (...). Este ciclo incluye las transiciones o acontecimientos vitales esperados por los que pasan la mayoría de las familias a lo largo de su desarrollo, en una secuencia bastante predecible, aunque variable, así mismo, incluye el afrontamiento de los cambios sociales, económicos, sociodemográfico, políticos y demás que se presentan en el día a día (Semenova et.al, 2015).

En la literatura no hay un consenso final sobre la cantidad de etapas que constituyen el ciclo vital familiar. Por un lado Healthwise (2019, párr. 4) menciona las etapas de: “Independencia; La vida de pareja o el matrimonio; La crianza de los hijos: desde los bebés hasta

los adolescentes; La separación de los hijos adultos; y La jubilación o la tercera edad”, mientras que Estremero y García (2004) mencionan la presencia de siete etapas del ciclo vital en el que se diferencia la crianza, la etapa educativa y la adolescencia de los hijos, y la edad madura y la ancianidad debido a que son momentos en los que se presentan crisis, que implican procesos traumáticos o disruptivos para la persona dentro o fuera de la familia y que suelen requerir tiempos de preparación o que suceden de forma inesperada al curso de la vida cotidiana. Por otro lado, Bautista-Lacambra (2020) estipula sólo cuatro etapas del ciclo, dado que la determinación de estas se genera ante la presencia de nuevos procesos de negociación entre la pareja, que implican una toma de decisiones distintas a las que se han tomado previamente en las etapas anteriores.

Así, la presencia de estas etapas permite un desarrollo individual ya que están relacionadas a cambios o crisis dentro del flujo de la vida, y al mismo tiempo, dichas etapas influyen en la adquisición de nuevas habilidades a cada miembro de la familia, a través de cambios en las posiciones del rol que desempeña cada individuo en el entorno familiar (Moratalla et al, 2014), aunque no todas las circunstancias sean favorables.

La etapa del ciclo vital que se trabajará en esta investigación será La Jubilación donde el sujeto adulto se enfrenta a la finalización de su etapa laboral, transformaciones personales, las condiciones físicas, la participación en el mercado laboral, el uso del tiempo libre, la auto percepción y la percepción que los demás tienen sobre estos sujetos (Alpízar, 2011).

Lo anterior evidencia que el proceso de jubilación constituye una etapa de transición donde se enfrentan retos a nivel individual como en la dinámica familiar.

A partir de los planteamientos anteriores, el cambio de ciclo vital requiere un tránsito satisfactorio que se abordara a continuación.

Tránsito satisfactorio.

El ciclo vital, como ya se mencionó anteriormente, corresponde a un conjunto de etapas por las que pasan los individuos durante su crecimiento biológico, en el que interactúa el individuo, la familia y el contexto social en el que se encuentra. Así, las personas moldean su conducta al tiempo que avanzan en cada etapa del ciclo vital. Dada esta perspectiva, vale la pena preguntarse ¿cómo se transita de una etapa específica a otra?

Aunque la literatura no ha llegado a un acuerdo explícito, dada la multiplicidad de teorías y acercamientos al ciclo vital, Healthwise (2019), Franco et al (2013) y Estremero y García (2004) interpretan los cambios entre una etapa a otra como consecuencia de crisis que se le presentan a los individuos. Estas crisis suceden en torno a nuevas demandas, tensiones o situaciones con altos niveles de estrés que implican cambios en el comportamiento o actitud de los individuos o de la familia en conjunto, y que surgen a partir de cambios predecibles en la vida de los individuos, denominados crisis evolutivas, o a partir de cambios abruptos en el transcurso de la vida de estos, que se denominan crisis inesperadas. Aunque otras investigaciones, como la de Bautista-Lacambra (2020) explican la transición desde una etapa a otra a través de nuevas negociaciones, estas son causadas por cambios en el entorno de las familias, del mismo que las investigaciones anteriores, por lo que, para esta investigación se utilizará la interpretación de las crisis como desencadenantes de la transición entre etapas.

Por último, es importante denotar que, aunque el proceso previo a la jubilación es un cambio que le sucede a un solo individuo, este tendrá efectos en todo el conjunto familiar debido a las relaciones y vínculos que tienen estos individuos con el resto de integrantes de su círculo familiar y, por tanto, los ciclo vital individual y familiar están relacionados entre sí (Franco et al, 2013). En concordancia con lo anterior, la respuesta de los individuos a este cambio o crisis

puede depender de los recursos propios - la personalidad, actitudes o comportamientos - y familiares - comunicación, confianza, apoyo e integración - que se tengan para sobrellevar la nueva situación coyuntural y las experiencias de respuestas a crisis anteriores (Franco et al, 2013; Estremero y García, 2004).

Percepción

Se entiende por percepción a la forma de construir los significados del mundo y de los sujetos que nos rodean a través de los sentidos, como afirma Morales et.al (2016),

La palabra percepción deriva del latín perceptio, que se refiere tanto a la acción y consecuencia de percibir, es decir tenemos la capacidad de captar y procesar imágenes, sonidos, impresiones, sensaciones del medio que nos rodea para comprender y conocer el mundo, a través de nuestros sentidos (p. 6).

El concepto de percepción es un tema que ha suscitado la investigación en las ciencias sociales, especialmente en la psicología, la cual ha tratado de explicar con menor o mayor grado de precisión a qué hace referencia la definición de percepción (Oviedo, 2004).

Es importante anotar que, “los fenómenos sociales son los que intervienen en la relación entre individuos que viven en sociedad o fenómenos de relación entre los individuos y la sociedad (modas, costumbres, normas morales)” (Suriá, 2010, p. 4). Por esto, para esta investigación se hace importante tener claridad sobre este concepto, ya que se busca identificar el sujeto prejubilado en constante relación con los demás, dada la influencia que tiene la sociedad sobre la percepción que se adquiere del otro y del mundo. Es así como la cultura, las redes familiares e interpersonales van influenciando al sujeto, “percibir consiste básicamente en formular hipótesis y tomar decisiones, dicho proceso está determinado por necesidades, valores

sociales, aprendizajes y en general por las características permanentes y temporales de los individuos” (Arias, 2006, p. 9).

Como se menciona anteriormente, esta investigación centra su atención en la percepción de los sujetos y como se va moldeando a partir de ese su contexto, historias de vida y expectativas. Es decir, “la percepción resulta afectada por los estados momentáneos o permanentes de los sujetos, el contexto en el cual realiza el proceso y por las expectativas respecto a las consecuencias reforzantes” (Salazar et.al, 2012, p.79).

La percepción tiene la facultad de abarcar tanto características externas percibidas por los órganos sensoriales (vista, oído, olfato, gusto o tacto) y características internas del individuo, como el dolor, el hambre, el equilibrio o la temperatura, como también encierra características que van más allá de los sentidos, como el espacio que se habita, la vestimenta o la tecnología (Sabido, 2016). Por ende, la percepción nos permite entender que las observaciones, opiniones y apariencias están mediadas por las experiencias y construcciones que el sujeto ha desarrollado en su tarea de entender el mundo y es capaz de procesar en su red neuronal de manera personal, pero que también responde a esquemas culturales intrínsecos en el individuo y la sociedad que habita dado que “Lo que los hombres perciben no es lo real, sino ya un mundo de significados” (Le Bretón en Sabido, 2016, p. 69).

A partir de la percepción que los sujetos y los cambios a los que se están afrontando, se hace necesarios evaluar el proyecto de vida, por tal razón, este concepto será abordado a continuación.

Proyecto de vida.

En esta investigación se ve la pertinencia de abordar el proyecto de vida dado los cambios a los que el sujeto prejubilado se está enfrentando, para esto partimos entendiendo que

el proyecto de vida ‘representa, entonces, en su conjunto, ‘lo que el individuo quiere ser’ y ‘lo que él va a hacer’ en determinados momentos de su vida, así como las posibilidades de lograrlo (D’Angelo, 2000). Es decir, el proyecto de vida no es algo estático, sino que va evolucionando según las demandas del contexto en el que se encuentre inmerso.

Cabe añadir que la construcción del proyecto de vida va ligado a la identidad y a los ideales que el sujeto ha construido sobre su vida donde surge la necesidad de establecer estrategias y tareas para llevarlo a cabo, como plantea D’Angelo (2000).

Es un modelo ideal sobre lo que el individuo espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo, definiendo su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada (p. 279).

Para establecer dichas estrategias que permitan volver este modelo ideal en algo real se necesita reflexionar en cuanto a las herramientas y habilidades con las que cuenta el sujeto para alcanzar los objetivos planteados. Así lo afirma Gualtero (2016),

El proyecto de vida es un lineamiento de gran trascendencia para todos los seres humanos en la medida que le permite descubrir en qué dimensiones de su desarrollo humano tiene fortalezas, en cuáles algunas debilidades y de acuerdo con esta realidad trazarse metas con una proyección anticipada para construir un futuro que le permita de alguna manera realizarse como persona y satisfacer sus expectativas e intereses de vida (p. 27).

Por consiguiente, el proyecto de vida constituye una planeación de las metas que el sujeto desea alcanzar, lo que conlleva una reflexión en torno a las fortalezas y debilidades que posee que serán determinantes para el logro de estos y que darán la posibilidad de volver realidad un ideal de vida.

Red de apoyo

Las redes de apoyo pueden proveer múltiples beneficios y una gama de relaciones a los sujetos en fase de prejubilación.

El valor y la importancia de la red social para este grupo etario se puede considerar un campo de intercambio de relaciones, servicios y productos, a partir del cual se puede derivar seguridad primaria (satisfacción de las necesidades básicas), amparo y oportunidad para crecer como persona (Méndez y Cruz, 2008 en Fernández y Robles, 2008).

Se considera la red de apoyo como el acompañamiento continuo que reciben los sujetos en esta etapa por diferentes círculos de interacción social, que le permitirán sentir más seguridad durante el proceso, y de igual manera hace más fácil la adaptación del sujeto a los nuevos cambios. De igual manera Lemos y Fernández (1990) plantean que una red está constituida por “una serie de círculos internos y externos, concéntricos en donde la familia nuclear constituye el círculo más pequeño, los familiares y los amigos los dos más, y, tal vez los compañeros de trabajo y otras personas el círculo exterior” (en Aranda y Pando, 2013).

Las redes de apoyo contribuyen a la calidad de vida de estos sujetos de manera cognitiva y emocional mediante la compañía mutua, la comunicación, guía y consejos, pero también puede servir de ayuda económica y ayuda práctica (Arias, 2015). Entre estas redes, se encuentra la familia, considerada como “una de las formas más comunes de apoyo a las personas adultas mayores, se centra en el afecto y estimula la socialización al satisfacer las necesidades básicas de comunicación e intimidad” (Fernández y Robles, 2008, p. 85). Por otro lado, las redes de amistades y vecinos se consideran “un apoyo valioso para las personas adultas mayores; se construyen por afinidad, intereses comunes y actividades compartidas” (Fernández y Robles,

2008), se basa en las relaciones personales, familiares y comunitarias no estructuradas como programas de apoyo.

Como se mencionó anteriormente, las redes de apoyo brindan apoyo a los individuos a lo largo del transcurso de su vida. Sin embargo, algunos estudios muestran como la cantidad de personas dentro de la red y la interrelación que tienen estas con el individuo disminuyen a medida que este envejece y por tanto, cuando dichos individuos alcanzan una edad considerable pueden tener un apoyo social insuficiente, desencadenando una situación de aislamiento de la sociedad y la recurrencia de un sentimiento de soledad (Arias, 2015).

Es por estas razones que se considera importante identificar las redes de apoyo con las que el sujeto en fase de prejubilación cuenta y las herramientas que estas les pueda generar en este proceso, de forma que su transición sea de la mejor manera posible.

Dentro de la red de apoyo se establece una dinámica que se denomina apoyo social y la cual se definirá a continuación.

Apoyo social.

El apoyo social proviene del conjunto de relaciones familiares y no familiares que brindan apoyo en diferentes aspectos de la vida de los individuos (Arias, 2009; 2015). Por tanto, el apoyo social puede entenderse como “la presencia o ausencia relativa de recursos de apoyo psicológico provenientes de otras personas significativas” (Pérez y Martín, 2006, p. 1) que tienen los individuos durante su crecimiento biológico, cognitivo y emocional. Este apoyo social presenta características tales como el número de personas que sirven de apoyo social ante el conjunto de situaciones diversas a las que se enfrenta el individuo y la profundidad o calidad de la relación con estas personas para brindar apoyo emocional o consejo (Arias, 2015).

De esta manera, el apoyo social puede estar constituido como un apoyo emocional en la medida que los individuos satisfacen sus necesidades de afecto, estima y permanencia mediante el intercambio de experiencias y significados con otras personas (Kaplan et al en Monagas, 2016), así como se puede traducir el apoyo social en apoyo instrumental en las situaciones donde el individuo recibe ayudas directas y tangibles como el hecho de ayudar a alguien a terminar una actividad pendiente (Barrón en Monagas, 2016; Pérez y Martín, 2006). Adicionalmente, se presenta también el apoyo informacional o informativo que, como su nombre lo indica, brinda información que puede resultar útil para resolver un problema, pero que no corresponde a una solución explícita como lo hace el apoyo instrumental; y el apoyo evaluativo que, de manera similar al apoyo informativo, brinda información relevante al individuo para hacer una autoevaluación de sí mismo y sus acciones en comparación con los demás (Pérez y Martín, 2006).

Ahora bien, la presencia del apoyo social tiene beneficios positivos sobre el bienestar de las personas, especialmente para aquella en edad avanzada (Arias y Polizzi, 2010), destacándose los beneficios sobre la salud y la reducción del estrés ante eventos contingentes, como la enfermedad, la reducción en la probabilidad del consumo de sustancias adictivas y una mejora en el bienestar psicológico (Arias, 2009; Ponce y Cols en Monagas, 2016), al igual que incrementa la calidad de vida y reduce la presencia y permanencia de síntomas depresivos (Arias, 2009). Por esta razón, ha sido relevante para la literatura caracterizar el apoyo social de los individuos cuando estos alcanzan una edad avanzada (Arias, 2009; 2015; Arias y Polizzi, 2010; Acuña-Gurrola y Celis-Rangel, 2010) encontrando una gran heterogeneidad entre la cantidad y calidad del apoyo social recibido por los individuos en donde, por un lado puede verse afectado por la pérdida de conocidos, familiares y amigos, y el cambio en su papel social y familiar que

conlleven una disminución del apoyo social, por otro lado puede verse recompensado con la presencia de nuevos vínculos como la presencia de los nietos u otras personas que compartan parte de su nueva etapa.

Retiro laboral

En nuestra sociedad el trabajo es una acción de prestigio e importancia, por ende, el cese de actividades laborales va a influir en el ámbito personal, familiar y social, ya que se rompe con lo establecido y conocido para enfrentar un nuevo estilo de vida, donde su rol laboral ya no es el condicionante que rige su vida (Cruz, 2011).

En el presente trabajo es pertinente referirnos al retiro laboral debido a que es el proceso de transición el cual están próximos a vivenciar los sujetos con los que se abordará la investigación. El retiro laboral “se considera una de las mayores transiciones vitales en tanto representa un gran cambio con efectos duraderos que se lleva a cabo en relativamente poco tiempo y afectando otras áreas de la vida” (Fouquereau et.al, 2005 en Potocnik et.al, 2008).

En este trabajo entonces se entenderá el concepto de retiro laboral como la etapa

En la vida de un profesional en que las personas interrumpen su carrera laboral por completo y, en la mayoría de los casos, comienzan a vivir de un estipendio mensual que se conoce como pensión o jubilación y que es otorgado o bien por el Estado, o bien por una empresa privada contratada por el individuo, reconociendo un porcentaje por cada año de aportes que el profesional ha realizado como trabajador (Diccionario Mapfre 2008).

El retiro laboral, por lo tanto, se considera un tránsito del sujeto donde se culmina una etapa de su vida y se inicia una nueva con expectativas y desafíos. Es importante denotar que

este cambio no es visto actualmente de manera negativa, sino como una etapa en la que el individuo obtiene la libertad para re-descubrirse a sí mismo y disfrutar nuevos aspectos de su vida (Zhan et al, 2019), implicando una modificación en su cotidianidad y su entorno en donde,

El ocio va a ocupar la mayor parte del tiempo, siendo cada vez más protagónico en el desarrollo de la carrera del individuo y para afrontarlo se debe tomar en cuenta la dimensión personal, los sentimientos, la realidad, la madurez personal, las actitudes y motivaciones, así como la dimensión situacional, en fin la realidad socio-laboral en que esté inserto (Cruz, 2011, p. 7).

Cabe aclarar que el retiro laboral trae muchos retos para estos sujetos, ya que así como se anhela que llegue este momento idealizando un retiro con tranquilidad y plenitud, “ciertamente, para muchas personas el retiro puede suponer una reducción en su calidad de vida, más privaciones que las que sufría en su etapa de trabajador activo” (fortaleza, 1990, p. 108). En concordancia con esto, la literatura no es concluyente acerca del mejoramiento del bienestar físico o psicológico de las personas que se retiran respecto con las personas que siguen trabajando en su misma edad (Zhan et al en Zhan et al, 2019), aunque también se presentan investigaciones que concluyen aumentos en niveles de satisfacción de las personas que atraviesan el retiro laboral, sobre todo en aquellas que lo hacen de manera voluntaria (Potocnik et al, 2008).

Ante el retiro laboral que los sujetos prejubilados están por vivenciar, surge el interés de establecer un diálogo de saberes, por lo cual se define este a continuación.

Diálogo de saberes.

Al hablar de saberes se hace referencia al conjunto de conocimientos profundos que se adquieren a través del estudio o de la experiencia de algo, ya sea en el tiempo empleado en el

trabajo, la escuela o el hogar, como también los conocimientos transmitidos por la familia, los vecinos, amigos y el contexto sociocultural del cual el individuo hace parte (Agüero, 2011). Sin embargo, los saberes no pueden considerarse únicos dado que no existe un solo modelo de conocimiento y, por otro lado, estos se pueden transformar constantemente debido a las negociaciones culturales, sociales, políticas y económicas según el entorno en el que se encuentre el saber, y las relaciones que se establecen con la adquisición de nuevos conocimientos.

Así, “el saber define lo que una comunidad o una sociedad dice de sí misma” (Gómez et al., 2015, p.11) al visibilizar las características y pensamiento de una comunidad, en donde los sujetos pueden dialogar entre sí para recrear y reconstruir reflexividades sociales (Ghiso, 2000). Aunque dichos sujetos forman parte de una misma comunidad, estos presentan culturas diversas relacionados con el contexto familiar y social particular que moldea las actividades que realiza, el comportamiento y las motivaciones de cada uno de ellos, y bajo el cual han construido saberes y conocimientos que pueden generar discrepancias al confrontarse con los conocimientos y saberes construidos por otro sujeto (Ishizawa, 2012; Ghiso, 2000). Por ello, cuando se habla de diálogo de saberes se explica como una “la relación mutuamente enriquecedora entre personas y culturas, puestas en colaboración por un destino compartido” (Ishizawa, 2012, p. 5) en el que las diferencias entre las construcciones de conocimientos sirven como base para reconstrucción de sentidos comunes (Ghiso, 2000).

Por último, el saber visibiliza las características y el pensamiento de una comunidad determinada y, en la medida en que se comparten perspectivas y conocimientos a través del diálogo, no con la intención de comparar la cantidad o la calidad de dichos saberes, sino que, a través de esta conversación, se pueda construir una comunidad o un espacio que permita un

mejor desarrollo de los seres humanos, regulando, además entre los saberes científicos y los saberes populares (Gómez et al, 2015).

Dinámica Familiar

Esta investigación aborda al sujeto en fase de prejubilación inmerso en un contexto familiar, por ende se considera importante definir el concepto de dinámica familiar. Se entiende por estas al “conjunto de relaciones de cooperación, intercambio, poder y conflicto que, tanto entre hombres como mujeres, y entre generaciones, se establecen en el interior de las familias” (Torres et.al, 2008, pág. 33). En las dinámicas familiares se generan encuentros “entre subjetividades determinados por normas, límites y roles que regulan las relaciones familiares; éstas permiten la armonía y sana convivencia” (Gallego, 2011 en Sánchez et.al, 2015).

Así mismo, los miembros de la familia están ligados por “lazos de parentesco, relaciones de afecto, comunicación, límites, jerarquías o roles, toma de los aspectos decisiones, resolución de conflictos y las funciones asignadas a sus miembros” (Arias, 2012, p. 12).

A continuación, abordaremos los indicadores que caracterizan la dinámica familiar (Arias, 2012, p. 13-15):

Estilos de crianza	Los padres ponen límites para poder ejercer la autoridad dentro del núcleo familiar, y este ejercicio de la autoridad parental marca las pautas del comportamiento de los hijos y/o demás miembros de la familia. Los distintos tipos de crianza garantizan la supervivencia del niño y repercuten
--------------------	--

	<p>en el desarrollo psicológico de los individuos.</p>
<p>Desarrollo relacional</p>	<p>La forma cómo se interrelacionan los miembros repercute significativamente en el desarrollo de la autonomía, pertenencia y la capacidad de comunicación dentro de la familia; situaciones, que a su vez, facultará evaluar el grado de funcionalidad de la dinámica familiar.</p> <p>La interacción familiar guarda estrecha reciprocidad con el establecimiento de límites, la cohesión de sus miembros, la gestión y el ejercicio del poder dentro de la familia, de igual modo con los estilos comunicativos.</p>
<p>Métodos disciplinarios</p>	<p>Los métodos disciplinarios guardan estrecha relación con los estilos de crianza, el establecimiento de límites y los estilos comunicativos que existe al interior de la familia.</p> <p>Cuando en la familia todos estos indicadores han llegado por vía de la discusión y negociación, la convivencia familiar es el espacio para educar de forma asertiva a los miembros más pequeños en lo concerniente al tipo de conducta que se espera de ellos en la sociedad. No obstante, cuando dichos indicadores, enunciados anteriormente, se hallan rígidos, difusos, incongruentes defectuosos la interacción entre padres-hijos se torna difícil y se genera sentimientos de hostilidad que en casos</p>

	críticos pueden llegar a maltrato físico.
Concepción de maternidad y paternidad y el ejercicio de roles	Dentro de la dinámica familiar cada miembro tiene diferentes representaciones en cuanto a la maternidad y la paternidad; y estas concepciones sobre la maternidad y paternidad implican el apropiarse de un rol cultural que va construyendo la identidad femenina y masculina en muchas familias.

A partir de los planteamientos anteriores se ve la pertinencia de profundizar en las relaciones familiares, por lo cual se abordará los vínculos familiares a continuación.

Vínculo Familiar

Es común que entre personas que suelen interactuar con relativa frecuencia se generen vínculos, entendiendo a estos como una situación de interrelación entre un sujeto y un objeto u otro sujeto, que trasciende en un espacio psíquico en el cual el individuo halla las herramientas necesarias para crecer y desarrollarse emocionalmente, a la vez que permiten estructurar la realidad de dicho individuo al definir reglas y limitaciones de comportamiento. Si bien estas limitaciones pueden restringir al individuo en algunos aspectos de su vida, los beneficios que se presentan como resultado de estos vínculos superan los efectos negativos de dichas restricciones, además que la formación de vínculos corresponde a una necesidad básica de los seres humanos como animales sociales (Burutxaga et al, 2018).

Entre los diferentes vínculos que se pueden formar entre dos o más individuos, los vínculos familiares se podrían estipular como el vínculo primordial del sujeto (Beytía, 2017). El

conjunto de personas que forman una familia - ya sea por parentesco, habitar un mismo espacio o compartir un proceso histórico de vida similar - establecen un sistema de relaciones interpersonales en el que interactúan y construyen un espacio de protección, solidaridad, apoyo y cuidado (De Souza et al, 2015), “presentándose una multidimensionalidad que [...] acoge tanto lo biológico, como lo psicosocial y afectivo” (Escobar y Garzón, 2017, p. 13).

Así las cosas, el vínculo familiar entrelaza a todos los miembros que hacen parte de la familia a través de la transmisión de emociones, historias y significados con componentes emocionales, al mismo tiempo que comparten experiencias, sueños e ilusiones (Buruxtaga et al, 2018) y, hacen que la dinámica de estos vínculos tenga efecto sobre la felicidad y el bienestar de los individuos que hacen parte de este sistema familiar (Beytía, 2017). Si bien este vínculo es esencial durante el transcurso de la vida de los individuos, es especialmente importante cuando se alcanza una edad avanzada dado que, al percibir futuros cambios ocupacionales, cambios emocionales o sociales, a familia se convierte en el núcleo que les provee apoyo, compañía, cuidado y protección ante estos cambios y, por tanto, la falta de este apoyo o vínculo familiar puede tener consecuencias negativas sobre el afecto personal y la intimidad emocional en la atención física y psicológica de las personas en edad avanzada (De Souza et al, 2015).

Marco legal

Desde las leyes colombianas esta población es entendida por pensionados, pero en el marco contextual realizamos la aclaración de la pertinencia de hablar de jubilados. Teniendo esto en cuenta, posteriormente se expondrán las leyes, sentencias y decretos con los que cuenta el estado colombiano, haciendo referencia a las personas próximas a jubilarse.

LEY/ DECRETO/ SENTENCIA	AÑO	DESCRIPCIÓN
Decreto Ley 1567 Capítulo 3.	Del 1998	Por el cual se crean (sic) el sistema nacional de capacitación y el sistema de estímulos para los empleados del Estado. se refiere al sistema de estímulos, el cual debe implementarse en las entidades a través de programas de bienestar social
Decreto 1227: Artículo 75. Por el cual se reglamenta parcialmente la Ley 909 del 2004 y el Decreto-Ley 1567 de 1998.	Del 2005	*Evaluar la adaptación al cambio organizacional y adelantar acciones de preparación frente al cambio y de desvinculación laboral asistida o readaptación laboral cuando se den procesos de reforma organizacional *Preparar a los prepensionados para el retiro del servicio

Decreto 36: Por el cual se reglamenta el literal c) del artículo 262 de la Ley 100 de 1993.	De 1998	El Ministerio de Trabajo y Seguridad Social promoverá la inclusión dentro de los programas regulares de bienestar social de las entidades públicas de carácter nacional y del sector privado el componente de preparación a la jubilación
Ley 100: Artículo 262, literal c.	De 1993	Por la cual se crea el sistema de seguridad integral y se dictan otras disposiciones. garantizar los derechos irrenunciables de la persona y la comunidad para obtener la calidad de vida acorde con la dignidad humana, mediante la protección de las contingencias que la afecten
Sentencia SU 897/12	De 2012	Derechos y obligaciones de las entidades respecto a los beneficiarios de protección especial Pre pensionados.
Sentencia T-638/16.	De 2016	Estabilidad laboral reforzada de personas próximas a pensionarse - Retén Social.

Decreto 1833.	De 2016	Sistema General de Pensiones. es recopilar la normatividad vigente en materia pensional para garantizar el acceso de la información a los afiliados y a los beneficiarios del sistema
Ley 790.	Del 2002	<p>*Capítulo II. Rehabilitación profesional y técnica.</p> <p>*Art- 12. Protección especial. No podrán ser retirados del servicio en el desarrollo del Programa de Renovación de la Administración Pública las madres cabeza de familia sin alternativa económica, las personas con limitación física, mental, visual o auditiva, y los servidores que cumplan con la totalidad de los requisitos, edad y tiempo de servicio, para disfrutar de su pensión de jubilación o de vejez en el término de tres (3) años contados a partir de la promulgación de la presente ley.</p>
Sentencia T-623/11.	Del 2011	Aplicación del retén social a los servidores que ocupan cargos en provisionalidad

Marco contextual

Durante los últimos años en Colombia con la población de prejubilados se han venido desarrollando e implementando diferentes leyes, sentencias y decretos, las cuales apuntan a brindar diferentes beneficios como la estabilidad laboral y la protección en las diferentes situaciones que pueden surgir y perturbar el proceso de jubilación.

Más allá de velar por las garantías legales de dicha población, los estudios e investigaciones poco abordan la realidad que viven estas personas en sus últimos años laborales dentro de las empresas, independiente del sector donde se encuentren laborando. En el contexto colombiano, las investigaciones sobre esta temática han sido poco trabajadas en los entornos del área social y relacional, es decir, un enfoque centrado en el ser y hacer, la forma en la que han enfrentado los cambios de la sociedad, como el crecimiento tecnológico a nivel mundial y las circunstancias vivenciadas en sus entornos familiares y sociales al atravesar esta etapa de su vida.

En el sector público se determinó un fuero de

Estabilidad Laboral por pre pensionado que se deriva del denominado Retén Social, una institución jurídica que protege a los servidores públicos para que no puedan ser desvinculados del servicio cuando les falten 3 años o menos para cumplir con los requisitos para acceder a una pensión de vejez, extendiéndose de igual manera al sector privado (Galeano, 2019, p. 2).

Como se mencionó anteriormente, la mayoría de investigación realizadas en torno a esta temática tienen un énfasis legislativo y normativo. También se evidencia que centran su mirada en los cambios que estos sujetos van a tener en este proceso, como lo señala Etelvina González “Es importante que nos detengamos a pensar que al ser pensionados nuestra rutina diaria

cambiará, hay que buscar actividades para distraernos y mantenernos activos” (en Cooperativa de Profesores de la Universidad Nacional, 2013, párr. 4), pero no hay profundización en intervenciones de la realidad actual en la afrontan los desafíos del día a día.

Esta investigación se va a desarrollar con sujetos en etapa de pre jubilación inmersos en tres entornos. Estos entornos son los siguientes:

- Entorno de la salud en el contexto laboral de los prejubilados en Medellín.

La ley 100 de 1993, fue la que dio paso al nuevo sistema de salud colombiano con base en unos principios primordiales como la calidad, cobertura y equidad. De igual manera allí se conformó un método de fuente de financiación y prestación de servicios integrales de salud que insertó la solidaridad en la forma de financiamiento, eficacia y eficiencia en los suministros y de igual manera el desafío como un componente para potenciar los principios primordiales de calidad, cobertura y equidad (Santa María, García et.al, 2009).

Nuestro interés en abordar a los prejubilados en este entorno, es visualizar y describir, los desafíos y retos a los que se deben enfrentar al momento de asumir cambios en su ritmo de trabajo y enfrentarse a nuevas herramientas que les permitan capacitarse constantemente. De igual manera observar si, se presentan cambios en su vida laboral con relación y atención de pacientes, relaciones laborales con sus compañeros y núcleo familiar. La muestra en este entorno será tomada en una institución de salud pública de un nivel 4 y 5 de la ciudad de Medellín.

- Entorno de educación con personas en etapa de prejubilación

En nuestra sociedad la educación es concebida como un elemento fundamental para el desarrollo y crecimiento económico y social del individuo, las familias y por ende toda la

población de un país. Esto se debe al enfoque de transformación que tiene sobre la vida de cada individuo. “Este pilar se configura como un instrumento que incrementa la movilidad social, la competitividad laboral, el acceso y calidad del empleo, mejora en el nivel de ingresos y una participación activa en un mundo globalizado” (Departamento Nacional de Planeación, s.f, párr. 1).

Desde la educación, nace el interés de analizar a los prejubilados de este sector, desde la realidad contextual de su día a día, en describir cuáles son sus mayores desafíos frente a la implementación de nuevas estrategias metodológicas y pedagógicas, y cómo afecta esta etapa en sus relaciones con su núcleo familia, estudiantes y compañeros de trabajo. La muestra en este entorno será tomada en una institución educativa pública de la ciudad de Medellín.

- Entorno social y familiar

Hablar del entorno social, hace referencia a una serie de elementos, como el ambiente en el que se desenvuelve el individuo (social y cultural), los cuales son influyentes en las conductas, ya que son parte de sus costumbres y diferentes modelos de vida.

Es por eso que hablar del entorno social como factor influyente en el proceso de aprendizaje de las personas, es algo que debe despertar nuestra atención y ser objeto de análisis para nosotros. “El entorno social, representa las dinámicas sociales, costumbres y valores que trae consigo el individuo y que son parte de su conducta. La sociedad es una agrupación natural o pactada de personas, en la que cada uno de ellos de forma independiente coopera para cumplir con algún fin” (Real Academia Española, 2014).

En este entorno, se quiere observar y describir las perspectivas que tienen los empleados, frente a inconvenientes que hayan tenido en la etapa de prejubilación al momento de ejercer

diferentes roles en entidades, como el nivel de estrés, la carga laboral, las herramientas a las que se deben enfrentar para lograr sus objetivos laborales y si alguna de las problemáticas laborales relacionados con su etapa de prejubilación, ha afectado la dinámica familiar. La muestra de este entorno será tomada con funcionarios de una institución pública, que trabaja en pro del bienestar de la familia, adolescentes, niños y niñas a nivel nacional, pero se tomará en la regional de Medellín.

Metodología

En esta investigación se va a trabajar con sujetos en etapa de prejubilación que se encuentren a tres años de alcanzar la jubilación y que estén inmersos en alguno de estos tres entornos: social, salud y educación en la ciudad de Medellín. Las técnicas se aplicarán a siete sujetos que cumplen los requisitos mencionados anteriormente.

Paradigma Hermenéutico

Al plantear en esta investigación el interés de comprender la percepción que tienen los sujetos sobre su retiro laboral en la etapa de prejubilación, se necesita de un paradigma que brinde a los sujetos la libertad para expresarse. Por esta razón se utilizará el paradigma hermenéutico, dado que

Posee una naturaleza profundamente humana, puesto que es al ser humano a quien le toca interpretar, analizar o comprender el significado de pensamientos, acciones, gestos y palabras. (...) Además, no es solamente la interpretación por la interpretación, sino es la experiencia de lo ajeno, de lo distinto y la posibilidad del diálogo (Ruedas et.al, 2009, p. 185).

El término hermenéutica proviene del verbo griego hermeneuein que viene a ser interpretar. Este paradigma busca “comprender al otro, no solo a través de la conversación, sino en lo que encuentra detrás de lo no dicho”. Es decir, “permite revelar los significados de las cosas que se encuentran en la conciencia de la persona e interpretarlas por medio de la palabra” (Fuster, 2019, p. 205).

Este paradigma tiene como finalidad,

Descubrir los significados de las cosas, interpretar lo mejor posible las palabras, los escritos, los textos, la conducta humana gestual y las actitudes comunitarias, así como cualquier acto u obra, pero conservando su singularidad en el contexto que forma parte. Para realizar esta interpretación, la hermenéutica, concretiza y cristaliza de algún modo esos "trozos de vida" o "eventos existenciales" (Rueda, s.f).

Por otro lado, el paradigma hermenéutico no ve a las personas como meros objetos de estudio ni cosas, sino como sujetos que construyen significados, hablan, toman decisiones y reflexionan sobre las diferentes situaciones que vivencian. Por otro lado, el paradigma hermenéutico se interesa por la necesidad de comprender el significado de los fenómenos, teniendo en cuenta las intenciones, las motivaciones, las expectativas, las razones, las creencias de los individuos. Es decir, da prioridad a la comprensión de las narrativas que los sujetos están construyendo (Monje, 2011).

Perspectiva teórica desde la Fenomenología

Desde esta visión se permitirá un mejor análisis de la experiencia significativa que ha construido el sujeto a partir de la recopilación de vivencias que lo han constituido, dejando a un lado la simplicidad que conlleva sólo el objeto que está desligado de una experiencia, “se centra en percibir y describir las peculiaridades de la experiencia de la conciencia y comprender de modo sistemático cómo este mundo subjetivo está constituido” (Fuster, 2019, p. 204).

Basándonos en esta perspectiva, la visión que han construido la población prejubila podrá ser mejor comprendida, ya que por naturaleza la fenomenología se enfoca en las vivencias del sujeto, recalcando en ese sentido lo que permea la cotidianidad, el significado que atribuimos, lo que somos y de esta manera generar esa forma de ver el mundo, lo cual permitirá el aprendizaje.

La fenomenología conduce a encontrar la relación entre la objetividad y subjetividad, que se presenta en cada instante de la experiencia humana. La trascendencia no se reduce al simple hecho de conocer los relatos u objetos físicos; por el contrario, intenta comprender estos relatos desde la perspectiva valorativa, normativa y prácticas en general, tal y como lo señaló Rizo-Patrón (2015 en Fuster, 2019).

Esto lo que pretende es enfocar la mirada en las vivencias y resaltar la cotidianidad, permitiendo al sujeto narrar la experiencia de su caminar, siendo sensible a las problemáticas y a la forma en que el sujeto configuró la experiencia.

Enfoque Cualitativo

Cuando se prioriza el conocimiento del otro, las formas de ver la vida, las diferentes posiciones y perspectivas que cada sujeto tiene consigo, se habla de un enfoque cualitativo, el cual debe tener una actitud integradora, además de darle importancia al diálogo con lo subjetivo, ya que posibilita recrear el conocimiento y reconocer al sujeto como portador de dicho conocimiento, teniendo un papel fundamental en el proceso de construcción de una realidad.

Este enfoque se fundamenta en que los sujetos en la etapa de prejubilación narran su experiencia y que sean sus voces las que cuentan las manifestaciones relacionales e introspectivas que están viviendo en este cambio de su ciclo vital, sin perder de vista el contexto en que se encuentra inmerso el sujeto. Por ende, esta investigación se va a realizar bajo la metodología propia del enfoque Cualitativo, que permita darles la palabra a estos sujetos y que, a partir de esto, se puedan construir nuevos significados.

El enfoque Cualitativo,

Parte del supuesto básico que el mundo social está construido de significados y símbolos.

[...] Puede ser vista como el intento de obtener una comprensión profunda de los

significados y definiciones de la situación tal como nos la presentan las personas, más que la producción de una medida cuantitativa de sus características o conducta (Salgado, 2007, p. 71).

Es decir, el enfoque cualitativo se interesa por captar la realidad social a través de los ojos de los sujetos y la percepción que ellos construyen del contexto que los rodea, además de identificar los significados y valores que comparten los sujetos en determinados contextos. Por otro lado, este enfoque “no parte de supuestos derivados teóricamente, sino que busca conceptualizar sobre la realidad con base en el comportamiento, los conocimientos, las actitudes y los valores que guían el comportamiento de las personas estudiadas” (Bonilla y Rodríguez, 1997, p. 86).

Es por ello que al implementar el enfoque Cualitativo se busca conceptualizar la realidad con base en el comportamiento, los conocimientos, las actitudes y los valores que guían el comportamiento de las personas estudiadas, además, se logra captar por medio de este método, el significado y las interpretaciones que comparten los individuos sobre la realidad social que se estudia y es definida como un producto histórico, es decir, validada y transformada por los mismos sujetos (Bonilla y Rodríguez, 1997, p. 86-92).

En conclusión, el enfoque cualitativo interpreta la realidad desde la opinión del sujeto, captando la manera en que construyen y comprenden su entorno, su situación, permitiendo interactuar con él para conocerlo más a fondo, e indagar a profundidad sus percepciones las cuales nacen desde sus propias experiencias e historias de vida, conocer lo que opinan frente a lo que evidencia a diario y vive, en este caso, contribuye a adentrarse en el mundo de cada uno de los sujetos en etapa de prejubilación. Además, este enfoque posibilita tener vínculos con el sujeto, lo cual se vuelve más enriquecedor para el investigador, tal como lo plantea Bonilla y

Rodríguez (1997), “los investigadores cualitativos, tienen que desarrollar una comunicación directa permanente con los sujetos investigados, porque su interés implica de hecho comprender el conocimiento que ellos tienen de su situación y de sus condiciones de vida” (p.93).

Es de resaltar que este enfoque posibilita comprender a los sujetos desde la conexión que cada uno de ellos ha tenido en el ámbito laboral, social y familiar. Además de contribuir con la interpretación de la realidad que llevan consigo, y lo más importante lleva al investigador a conocer las percepciones tal como son, sin instrucción alguna o contaminación de medidas formales o problemas preconcebidos.

Método Fenomenológico

Se ve la pertinencia de abordar la presente investigación bajo un método fenomenológico donde se busca comprender que el fenómeno es parte de un todo, no se puede desligar la experiencia y el significado que el sujeto le da a la realidad y que van a influenciar en dicho fenómeno. Es decir, se “plantea el estudio de los fenómenos desde la perspectiva de los sujetos en el que busca comprender cómo los sujetos experimentan e interpretan el mundo social construido en interacción” (Mesías, s.f).

Este método centra su atención en la comprensión de un suceso que un sujeto establece a partir de las experiencias y vivencias de su vida. En esta investigación, se busca entonces comprender las construcciones que los sujetos han generado en cuanto a esta etapa de prejubilación.

Según Husserl (1998), es un paradigma que pretende explicar la naturaleza de las cosas, la esencia y la veracidad de los fenómenos. El objetivo que persigue es la comprensión de la experiencia vivida en su complejidad; esta comprensión, a su vez, busca la toma de conciencia y los significados en torno del fenómeno (en Fuster, 2019).

Técnicas e instrumentos

En esta investigación se implementarán las siguientes técnicas de recolección de información. Es de anotar que aun con las restricciones de bioseguridad asumidas a nivel mundial por el virus COVID-19, las técnicas empleadas se ejecutaron de manera presencial dado que los sujetos prejubilados estaban inmersos en los contextos laborales de los investigadores.

La *Entrevista Semiestructurada* (Anexo I) es un instrumento muy útil para la investigación cualitativa, los fines de la entrevista es centrarse en el conocimiento y la opinión de los participantes en una temática en específico “una conversación que se propone con un fin determinado distinto al simple hecho de conversar” (García et.al, 2018). En este sentido la entrevista individual en profundidad es el instrumento más adecuado cuando se ha identificado personas informantes claves dentro del grupo. Dada la posición que ocupa, la experiencia que tiene del tema, sus respuestas son representativas e importantes para nuestra investigación.

Se considera una técnica muy completa. Mientras el investigador pregunta, acumulando respuestas objetivas, es capaz de captar sus opiniones, sensaciones y estados de ánimo, enriqueciendo la información y facilitando la consecución de los objetivos propuestos (Díaz et.al, 2013).

Otra de las técnicas que se utilizará es la *Observación Participante* (Anexo II), teniendo como fundamento observar las acciones y comportamiento del sujeto.

La observación como instrumento de la investigación cualitativa, es una herramienta que nos exige concentración en el objetivo a investigar dado que los comportamientos sociales están establecidos por interacciones individuales lo que hace más complejo la comprensión de la sociedad, es por ello que el investigador desde el inicio de la investigación debe concentrarse en

los elementos más importantes y claves que le darán respuesta a la información que desea recolectar como son los actores, comportamiento, tiempo y espacio (Díaz, 2011).

La observación es un elemento fundamental de todo proceso de investigación; en ella se apoya el investigador para obtener el mayor número de datos. Gran parte del acervo de conocimientos que constituye la ciencia ha sido lograda mediante la observación.

Por otro lado, con el fin que la información consultada sobre la temática se pueda abordar en la construcción de los resultados, por lo tanto en esta investigación se implementará el instrumento de las *Fichas de Contenido*, ya que “Permiten confeccionar la bibliografía final y las citas en el texto y organizar la información que se consulta para un campo de investigación y en ellas se han de registrar o consignar todos los datos precisos para su localización y su correcta referencia ulterior en el trabajo” (Contreras, s.f).

Al momento de sistematizar la información obtenida se va a utilizar la *Matriz de Análisis*. Esta nos va a permitir analizar la parte conceptual, las diferentes subcategorías y la información obtenida durante la aplicación de las técnicas. Una matriz pretende “resumir el proceso desde el planteamiento del tema, las preguntas iniciales y todo el diseño de investigación; incluye la enunciación de hipótesis alternas, que son propias de comprobaciones estadísticas, para contrastar evidencias y de apoyo de las hipótesis principales” (Ramos, s.f).

Consideraciones éticas

Con respecto a las consideraciones éticas para el desarrollo de la presente investigación se contemplan los siguientes aspectos:

Los derechos, dignidad, intereses y sensibilidad de los sujetos se respetarán.

No maleficencia: No se realizará ningún procedimiento que pueda causarles daño a los sujetos que participaran en la recolección de información

Justicia: El trabajo se realizará sin ningún tipo de discriminación, tratando a todos los participantes con igual consideración y respeto.

Autonomía: En la investigación, sólo se incluirán los sujetos que acepten voluntariamente participar y se respetará la decisión de querer permanecer dentro de la misma.

Principio de confidencialidad: Si el sujeto que participa en la investigación quiere mantener su anonimato, se respetara su decisión y no se revelara su identidad.

Consentimiento informado

Con referencia al consentimiento informado (Anexo III), se entiende como el procedimiento por el cual los sujetos han expresado de forma voluntaria la participación en la investigación, después de que se le haya proporcionado información clara sobre los objetivos, propósitos y demás aspectos de la investigación.

Como en la mayoría de las técnicas que se utiliza en la investigación de las Ciencias Sociales y Humanas es ético del profesional contar con el consentimiento informado de los participantes de la investigación, siendo consciente de la importancia que tiene para ellos que se cuente con el permiso. Se inicia dándoles a conocer el objetivo por el cual estamos realizando la investigación y seguidamente nos concentramos en la observación que se hará de una forma colectiva e individual, para la aplicación de estas técnicas (entrevista semiestructurada y observación) es necesario utilizar instrumentos como cámara digital, guía de entrevista y diario de campo.

Hallazgos

Con base en las percepciones de los sujetos prejubilados relatadas durante la aplicación de las técnicas de la investigación, da pie a la construcción de tres capítulos donde se abordan unas temáticas centrales que rodean a estos sujetos y al contexto en el que se encuentra inmerso; a partir de allí se realizan planteamientos significativos con el propósito de tener una mirada global de la realidad que viven estos sujetos a nivel social, familiar y laboral.

Capítulo I

Prejubilación como etapa de ciclo vital

Durante el transcurso de la investigación la prejubilación se constituyó como elemento fundamental para el desarrollo de la misma, con base en esto surge una preocupación entorno a la limitada información teórica construida alrededor de este concepto. Por esta razón, en esta investigación se aventura en hacer aportes que permitan generar nuevo conocimiento ya que se realizarán planteamientos que sirvan de bases para la construcción del concepto de prejubilación.

Se parte inicialmente realizando una delimitación del concepto prejubilados debido a la relación que se establece con el concepto de pensión; por lo cual, la pensión es un término general que abarca a todas las personas que cumplan con la característica de “jubilación, viudez, orfandad o incapacidad” (Real Academia Española, 2014). Por otro lado, la jubilación sólo hace referencia a la pensión que va a recibir una persona por su edad o por los años trabajados, sin abordar aquellas personas que logran recibir pensión por otras características (Barajas, 2000).

Entendemos entonces a los sujetos prejubilados como “aquellos servidores (...) a los que les falte tres años o menos para cumplir los requisitos que les permitirían acceder a la pensión de

jubilación o vejez” (Sentencia SU897, 2012). Es decir, aquellos sujetos que se encuentran en una etapa de preparación emocional y legal para asumir el cese de actividades laborales: jubilación.

Cabe añadir que los sujetos prejubilados visualizan la jubilación como la gran meta en su vida laboral, por esto se requiere de un proceso de preparación que se da en la prejubilación donde empiezan a reflexionar sobre los sueños y metas que se fueron aplazando durante su vida laboral y que son posibles alcanzar ahora dado la disposición del tiempo. Además, surge el sentimiento de orgullo al haber superado los retos y se busca que al momento de retirarse tengan buenos recuerdos que atesorar de esta etapa de vida.

Partiendo de esto, este capítulo aborda las construcciones subjetivas generadas por los sujetos a partir de las vivencias de la etapa de prejubilación.

Una nueva etapa del ciclo vital familiar

Con base en la información recolectada, esta investigación plantea la prejubilación como una etapa del ciclo vital familiar dada las características que posee. Esta propuesta parte de que una etapa en el ciclo vital se da,

De acuerdo a los momentos evolutivos de la familia, y también de los desarrollos y aportes personales de quiénes la conforman (...). Este ciclo incluye las transiciones o acontecimientos vitales esperados por los que pasan la mayoría de las familias a lo largo de su desarrollo, en una secuencia bastante predecible, aunque variable, así mismo, incluye el afrontamiento de los cambios sociales, económicos, sociodemográfico, políticos y demás que se presentan en el día a día (Semenova et.al, 2015, p. 106).

Siendo entonces la prejubilación esa etapa de preparación que trae consigo una crisis de desarrollo individual y familiar, donde hay que llevar a cabo cambios que permitan el

afrontamiento y a partir de esto tener las herramientas necesarias para enfrentar la siguiente etapa: jubilación.

En esta etapa entonces el sujeto se enfrenta a la idea de jubilación, caracterizado por:

- Una gran cantidad de aprendizajes adquiridos por las vivencias de todos los años de vida laboral que permiten un mejor desenvolvimiento en su ejercicio profesional.

“Se siente uno como con mucha experiencia, las tareas se hacen más automáticas, claro pues que siempre hay algo nuevo porque preocuparse o aprender, pero los compañeros lo buscan y se apoyan en uno, eso es bueno” (A. Torres, 25 de julio de 2020).

- El reto de aceptar el inminente retiro laboral y el tiempo disponible que se abre ante ellos, trayendo la posibilidad de realizar múltiples actividades.
- Una reflexión hacia los objetivos logrados durante la vida laboral y los aprendizajes adquiridos entorno a esto. Además, el surgimiento de un nuevo proyecto de vida, de acuerdo a las nuevas metas u objetivos de vida que se desean asumir.

“Toda la vida he trabajado mucho y he sacrificado mucho, que ya es momento en que haga mis actividades con más calma” (A. Torres, 25 de julio de 2020).

- Una preparación económica, formulando un nuevo presupuesto familiar e individual donde desde la etapa de prejubilación se buscan estrategias para mitigar gastos y deudas para enfrentar la jubilación sin la preocupación económica.
- Madurez en el carácter del sujeto producida por las diferentes experiencias laborales y relacionales adquiridas durante la vida laboral.
- El interés por preservar la salud y establecer dinámicas enfocadas en el cuidado para disfrutar la inminente jubilación.

“Tocó entregarle más de media vida al trabajo para poder recibir alguna remuneración, que mucha salud ya se ha ido y ojalá uno si se la pueda disfrutar” (A. Torres, 25 de julio de 2020).

- Fortalecimiento de las relaciones sociales y familiares, ya que existe un temor a la soledad en la etapa de jubilación.

“Imagínesse uno salir jubilado y no tener con quien compartir” (A. Torres, 25 de julio de 2020). *“Por la parte social porque ya no va a ver cómo esa relación de amistad, va a estar más solo”* (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

- La necesidad del sujeto de sentirse valorado y continuar aportando a la sociedad aun cuando se jubilen, inicia por ende una reflexión de las estrategias o tareas que se pueden emplear que permita cumplir el deseo de seguir aportando a la sociedad.

“El mayor desafío para mí, es no pasar por una depresión, ni sentirme inútil por no estar haciendo algo en una institución” (A. Aguilar, 25 de septiembre de 2020).

- Existe el deseo de poder compartir todos esos conocimientos que se fueron adquiriendo durante todo este tiempo de vida laboral. Por lo cual, se busca establecer un diálogo de saberes con las nuevas generaciones que ingresan al contexto laboral.

“Mientras más círculos sociales hay muchísima capacidad hay enseñanza y de transmitir los conocimientos que uno tiene a través de la vida” (J. Múnica, 5 de octubre de 2020)

De manera general, los sujetos prejubilados en esta etapa se enfrentan a tres retos,

“La parte económica, la parte social porque van estar en contacto directo con sus compañeros, con sus estudiantes, como toda esta satisfacción y segundo como la

experiencia que se tiene para lograr todos los retos que se van presentando cada día” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

Estas características mencionadas anteriormente son las reflexiones que se abordarán en esta nueva etapa de ciclo vital, las cuales darán herramientas para poder transcurrir a la siguiente etapa y permitir que estos tres últimos años de trabajo sean abordados de la mejor manera.

Al considerar la prejubilación como una etapa de ciclo vital familiar, es tarea del Estado plantear políticas públicas donde se tenga en cuenta tanto al sujeto en etapa de prejubilación como a sus familias y se brinde un acompañamiento integral respecto a las problemáticas que surgen al estar en dicha etapa.

Percepción de la Prejubilación

Durante la implementación de las técnicas se identificaron varias percepciones que tienen los sujetos sobre el concepto de prejubilación y jubilación.

Partiremos diciendo que la jubilación es una meta de vida la cual se alcanza después de años de esfuerzo y dedicación que implican un desgaste físico, mental y sacrificio de tiempo familiar. **Esta etapa es un proceso a un cambio significativo.**

Se evidencia en las voces de los sujetos que expresan esto:

“Por muchos años luché y trabajé con el fin de lograr este propósito” (A. Torres, 25 de julio de 2020).

“Tocó entregarle más de media vida al trabajo para poder recibir alguna remuneración, que mucha salud ya se ha ido y ojalá uno si se la pueda disfrutar” (M. Guevara, 9 de octubre de 2020).

Por otro lado, en el concepto de prejubilación se entiende como la etapa preparatoria hacia la jubilación, en esta los sujetos van a reorganizar su proyecto de vida y van a adquirir las herramientas para enfrentarse al cambio que viene. Durante este caminar se acumulan un sin fin de vivencias que van permitiendo la construcción individual y por ende, un mejor desempeño en la vida laboral. Es importante resaltar que en esta etapa se inicia un duelo por la inminente pérdida del trabajo.

“Al jubilarse ya entra uno en otra dinámica” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

“Es un duelo que vamos a pasar, y que a veces si, le da a uno como dolor separarse pues como del grupo de trabajo (...) no quedarme estancada en la situación de pérdida; sino, en rescatar situaciones que no he podido concluir” (S. Penagos, 3 de octubre de 2020).

Es de resaltar que los sujetos en etapa de prejubilación se enfrentan a una ambigüedad, donde cada sujeto expresa una ambivalencia entre felicidad y miedo, por una parte se encuentra la felicidad por concluir satisfactoriamente esta etapa y poder dedicarse ahora a las metas que se han dejado pendientes, pero por otro lado existe un temor a perder una actividad que se ha vuelto una constante en su vida y todas las relaciones sociales que se han establecido gracias a esta labor.

“Uno de alegría porque ya pues voy a descansar, de todas maneras, el trabajo en ciertos momentos es pesado y la otra también es de miedo, porque las expectativas que uno se va a encontrar, que ya no va a tener como esa rutina de levantarse, ir a trabajar, de llegar, es como una rutina y tiene uno como el tiempo ocupado, entonces eso es también un temor” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

“Es una combinación de sentimientos, entre tristeza y alegría; ya que por muchos años luche y trabaje con el fin de lograr este propósito, pero al verlo tan cerca, también siento un

poco de nostalgia, porque dejaré el que fue como mi segundo hogar por cerca de veintinueve años, durante los cuales conocí y compartí con jefes y compañeros y de todos me llevaré bonitos recuerdos, enseñanzas y experiencias importantes para mi vida profesional y personal, y a la vez feliz porque puedo compartir más con mi hija, nieto, familia y amigos” (A. Aguilar, 25 de septiembre de 2020).

En su gran mayoría los sujetos entrevistados reflejan un temor al cambio de actividades debido a que están acostumbrados a su vida laboral y en muchas oportunidades no han planificado su vida para la jubilación. Además, manifiestan la necesidad de prepararse mentalmente para el momento en que ya no puedan compartir ni relacionarse con sus compañeros de trabajo y demás personas (estudiantes, pacientes, familias, etc.), expresando además que ha sido un proceso de manejar los apegos a las personas con las que se relacionan y a dejar de ejercer algo que les apasiona y lo han hecho gran parte de su vida. A partir de esto, se evidencian tres elementos los cuales permiten comprender de una manera más introspectiva la percepción del sujeto en esta etapa:

Soledad: Se evidencia un temor ligado al sentimiento de pérdida y es el quedarse solo. Los sujetos manifiestan que les preocupa que, al momento de jubilarse, todas las relaciones que han establecido se debiliten y lleguen al punto de perderlas, generando así que se vayan quedando solos.

“Es un duelo que vamos a pasar, le da a uno como dolor separarse pues como del grupo de trabajo” (S. Penagos, 3 de octubre de 2020).

“El temor es que uno ya se jubila y ya no va a tener relaciones con sus compañeros, con las personas del trabajo y va a estar más solo” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

Cansancio: Los sujetos manifiestan que ya se evidencia en sus cuerpos y fuerzas un cansancio en comparación a cuando iniciaron, este cansancio evidenciado en poca tolerancia al ruido, dolores de garganta dado la exigencia de su labor, cansancio en su cuerpo. Este factor contribuye a que los sujetos deseen que llegue con ansias esta etapa de jubilación.

“uno se va acercando a la meta y se va sintiendo más el cansancio” (M. Guevara, 9 de octubre de 2020).

“Pienso que el mayor reto es como que ya sí se está cansado, se está pues ya uno se cansa como de las cosas por ejemplo, la parte física, las escalas, que tiene que subir unas escaleras, como de pronto la tolerancia hacia el ruido excesivo” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

Factor Económico¹: Se ha podido identificar que las personas en esta etapa temen al cambio de sus ingresos económicos a nivel laboral, debido a que sus salarios cambian al momento de terminar su ciclo y se enfrentan a la incertidumbre de cómo será su situación económica.

“También la parte económica pues porque se sabe que el sueldo es menor en tú también temor por eso” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

“En el sentido económico porque va a entrar menos dinero al hogar, muchas cosas pueden verse obligadas a cambiar” (M. Guevara, 9 de octubre de 2020).

¹ Con respecto al reajuste pensional del año 2020 establece que la pensión cuyo monto mensual en el año 2019, fue igual o menor al salario mínimo legal vigente, la mesada mensual será de \$877.803. Por otro lado, como segundo ítem se establece para la pensión cuyo monto mensual en el 2019, fue superior al salario mínimo legal mensual vigente, el reajuste para el año 2020 será 3.80%, de conformidad con el incremento del índice de precios al consumidor (IPC), certificado por el Departamento Nacional de Estadística DANE para el año 2019 (Minitrabajo, 2020).

Es de aclarar, los sujetos prejubilados que participaron en esta investigación reciben un salario mensual mayor del mínimo, por lo cual están cobijados por el segundo ítem lo que implica una rebaja en el salario mensual que están recibiendo actualmente.

Los tres elementos mencionados anteriormente se convierten en factores a tener en cuenta en esta etapa de ciclo vital y los cuales requieren de estrategias de intervención y acompañamiento que se deben desplegar por parte de las empresas y el Estado para transitar de manera satisfactoria y poder pasar a la etapa de jubilación con herramientas eficaces para enfrentarla.

Proyecto de vida

Al plantear la prejubilación como una etapa del ciclo vital es importante reconocer que una de las reflexiones más significativas va a girar en torno al proyecto de vida; entendiendo que el proyecto de vida representa, entonces, en su conjunto, ‘lo que el individuo quiere ser’ y ‘lo que él va a hacer’ en determinados momentos de su vida, así como las posibilidades de lograrlo (D’Angelo, 2000). Esto nos permite entender que el proyecto de vida son las metas y sueños que el sujeto desea alcanzar y la posibilidad de que estas se pueden modificar según cada etapa que el sujeto está viviendo.

Con relación a lo planteado anteriormente, los sujetos prejubilados manifiestan que esta etapa de ciclo vital les permite redefinir sus proyectos de vida, en cuanto disponen de una mayor cantidad de tiempo para lograr dichos sueños.

“Es como a futuro tener otra visión de que hacer o de tiempo libre” (F. López, 5 de octubre de 2020).

“Los proyectos que aún tengo, los pueda hacer realidad ahora que me va a quedar el tiempo suficiente” (S. Penagos, 3 de octubre de 2020).

A partir entonces de este tiempo libre, los sujetos prejubilados manifiestan que varios sueños y metas planteadas en su proyecto de vida se fueron postergando dada la actividad laboral

y las tareas que esta traía consigo, por lo cual el retiro laboral les permite volver a soñar y plantearse además nuevas actividades, así lo plantean los sujetos entrevistados:

“voy a tener más libertad para llevar a cabo actividades que no he podido hacer por la falta de tiempo (...) como viajar, hacer otras actividades familiares, reuniones” (S. Penagos, 3 de octubre de 2020).

“Disfrutando del tiempo necesario para poder realizar mis sueños, proyectándome como hacia otras actividades que no pude realizar por el trabajo” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

En este nuevo planteamiento de proyecto de vida, entra también un elemento fundamental y es el deseo de los sujetos prejubilados de sentir que aún aportan a la sociedad, es decir los sujetos no desean sentarse y ver pasar el tiempo, sino que buscan con sus actividades seguir contribuyendo a la sociedad.

“Pues la verdad en este momento ya quisiera estar mejor dicho descansando por decirlo así. es no quedarse uno sentado, me jubile que voy hacer no. Es como a futuro tener otra visión de que hacer o de tiempo libre” (F. López, 5 de octubre de 2020).

“Las expectativas, la verdad es salir y hacer algo productivo.... las expectativas es hacer las cosas bien y que las personas queden satisfechas por el tiempo que uno estuvo laborando con ellos” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

Sin duda, la prejubilación como etapa de Ciclo Vital trae consigo el reto de reflexionar en cuanto a las actividades que se realizaron todos estos años de ejercicio profesional y el reformular el proyecto de vida para dar cumplimiento a las metas que se fueron postergando, pero además poder cumplir los sueños que van surgiendo ante el inminente retiro laboral. Además, es un momento de enfrentar la frustración que trae consigo el perder una fuente de

actividad constante y tener tiempo disponible contrarrestando con actividades que contribuyan al disfrute de esta nueva etapa de vida.

Podemos concluir entonces que los sujetos manifestaron que uno de los mayores retos a los que se enfrentan durante esta etapa de prejubilación es mantener el ánimo, disposición y pasión por el trabajo que realizan a diario, ya que se encuentran en un momento en el cual, el cansancio es alto y la perspectiva está enfocada en salir a poder llevar a cabo todas las actividades que han postergado. A esto se le suma el desafío de manejar los apegos que se han generado durante toda una vida laboral a las actividades desarrolladas y a las relaciones que se establecen.

En conclusión, el Estado debe generar políticas públicas que permitan a los sujetos en etapa de prejubilación adquirir herramientas que los capacite para enfrentar la jubilación y gozar de este cambio. En compañía con las empresas se deben generar estrategias o programas que respondan a las verdaderas demandas de los sujetos en la etapa de prejubilación, donde se realice un acompañamiento individual y familiar que pueda abarcar las necesidades emocionales, pero además la parte económica, relacional, diseñar un proyecto de vida, etc. Es decir, “la institución no prepara al ser humano, a las personas, a los funcionarios, para que verdaderamente se tenga una jubilación con proyección con futuro” (J. Múnera, 5 de octubre de 2020) y realizar un acompañamiento integral.

Capítulo II

Construcción de Saberes de los Sujetos Prejubilados

Este capítulo pretende dar cuenta de los retos a los que se enfrenta el sujeto en etapa de prejubilación en su entorno social, laboral y relacional. Para esto nos enfocaremos en los saberes que rodean a los sujetos dando un cambio al concepto de prejubilados y jubilados, no se sigue trabajando bajo la perspectiva que un sujeto se retira y hasta allí llega su aporte a la sociedad, sino como ese sujeto que es fuente de conocimiento y que su experiencia debe ser tomada en cuenta por el área laboral. Además, al estar en la etapa de prejubilación es de suma importancia establecer un diálogo de saberes para así dar el reconocimiento a todos esos años de labor del sujeto.

A continuación abordaremos tres elementos importantes entorno a los saberes.

Saberes adquiridos

En la aplicación de las entrevistas, los sujetos prejubilados recalcan la importancia de los saberes y del diálogo entorno a estos que se puede generar en los contextos donde se encuentran inmersos. Para esto se hace necesario entender que los saberes “contempla el sentido común, la sabiduría popular, y los saberes teóricos y prácticos de la realidad social situada culturalmente, o sea, el acontecer diario de los pueblos, los barrios, las ciudades y los países” (Agüero, 2011, p. 17). Es así como al hablar de saberes se hace referencia a los conocimientos profundos que se adquieren a través del estudio o de la experiencia de algo.

Con relación a esto, los sujetos prejubilados manifiestan que durante sus años de trabajo han ido acumulado una variedad de saberes basados en las vivencias de su labor, cada situación a la que se han enfrentado en su vida laboral los ha llevado a elaborar estrategias, estas han sido

puestas a prueba en situaciones complejas de su trabajo y han mostrado su eficiencia o falla; Es así como los sujetos prejubilados han construido conocimientos que les han permitido desenvolverse con mayor facilidad en los retos.

“Yo pienso que cuando empecé era como más difícil, ahora es más fácil porque uno ya conoce como todas las dinámicas que se van dando(...). Pienso que ahora es cómo más, yo digo que más fácil porque ya uno conoce muy bien su trabajo y sabe y ha tenido como muchas experiencias, entonces sabe cómo abordar cada cosa que se le va presentando”
(S. Méndez, 18 de julio de 2020).

Es importante mencionar que no se ha tratado sólo de establecer qué estrategias funcionan de una manera más efectiva en la realidad en la que se encuentran los sujetos prejubilados sino que ha llevado también al reto de moldear su carácter donde han tenido que aprender a renunciar y defender sus puntos de vista.

“He adquirido mayor madurez, ya tomé más decisiones, ya tengo un mayor análisis, que ya he dejado mucha inseguridad en muchos aspectos, que ya no miro a una persona por su profesión, y no la miro por allá en un pedestal, sino que para mí esa persona es una persona igual a mí” (A. Aguilar, 25 de septiembre de 2020).

Estos elementos mencionados anteriormente han capacitado al sujeto prejubilado para desarrollar de manera efectiva su labor y enfrentarse a los retos con una diversidad de estrategias. Con estas dos ventajas de su parte, los sujetos prejubilados han llegado a la etapa de retiro laboral, lo que los lleva a sentirse en una contradicción.

“la persona que ya se va a jubilar aunque uno quiere jubilarse porque ya está cansado, porque los años ya han pasado y se quiere disfrutar mientras se tiene salud y vida se quiere disfrutar como en otras cosas como en hacer cursos y en cosas que de pronto por

el trabajo no se ha hecho, como visitar la familia pero yo pienso que a este momento de uno jubilarse tiene mucho conocimiento, es decir tiene como mucha experiencia para resolver expectativas, uno ve y escucha profesionales que han entrado que tienen 5 o 6 años que uno escucha experiencias o problemáticas que uno dice ‘pues’, que uno no lo ve tan grave como ellas la ven, pues dificultades de un niño y como ya uno ha tenido experiencia entonces uno lo sabe resolver más fácil o lo ve menos grave” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

Es decir, hay un cansancio por parte de los sujetos prejubilados dado los años que han trabajado, pero se encuentran en una posición de experiencia y conocimiento que facilitan su labor, esto los lleva a dudar en asumir la jubilación y desear continuar aportando con sus saberes a la sociedad, por ende esta contradicción añade tensión entonces a la etapa de prejubilación.

Diálogo de saberes

Los sujetos prejubilados son conscientes del cúmulo de saberes que han adquirido y desean que estos puedan seguir contribuyendo a la sociedad y al ejercicio de la labor, para esto los sujetos buscan establecer un diálogo de saberes, entendiendo este como “la relación mutuamente enriquecedora entre personas y culturas, puestas en colaboración por un destino compartido” (Ishizawa, 2012, p. 5).

De este modo, los sujetos prejubilados no buscan atesorar el conocimiento de manera egoísta y jubilarse con el, sino desean establecer un diálogo que permita a los “nuevos” profesionales enriquecer su práctica profesional con las estrategias y conocimientos que la experiencia les ha dado.

“Transmitir los conocimientos que uno tiene a través de la vida” (J. Múnera, 5 de octubre de 2020).

Este diálogo de saberes permite en primer lugar reconocer el saber del sujeto prejubilado, al ser estos tomados en cuenta y darles valor a las estrategias construidas a través de las vivencias de su labor profesional. Por otro lado, los sujetos prejubilados manifiestan su deseo de transmitir sus saberes a los “nuevos” profesionales en donde las estrategias que los prejubilados han identificado y construido para abordar y enfrentar situaciones complejas de sus quehaceres, puedan compartirse con los “nuevos” profesionales donde se evite que estos vivencien las mismas dificultades para concluir con la misma estrategia, es decir que los “nuevos” profesionales comiencen a caminar en el lugar donde los prejubilados llegaron.

En consecuencia, es por esto importante que desde las empresas o instituciones se generen programas que contemplen la visión del sujeto prejubilado con respecto a su percepción de la empresa y los aportes que pueden contribuir al mejoramiento de ésta dado todos los años de ejercicio en ese contexto.

En ese mismo sentido, generar programas que permitan esta transmisión de saberes con el objetivo de rescatar y valorar los conocimientos que los sujetos prejubilados han adquirido a través de las múltiples vivencias de sus años de labor y así la nueva generación pueda partir de ellos sin necesidad de repetir la misma historia, partir del camino ya recorrido y así poder construir un conocimiento mayor. Con el objetivo de lograr esto, se propone formular herramientas (videos, textos, etc) donde los sujetos prejubilados narren su historia y además se puedan volver tutores de los “nuevos profesionales”.

Innovación

Al pasar del tiempo se ha ido instaurando el uso de las herramientas tecnológicas en las actividades laborales (pc, tablet, la implementación de programas). Por lo cual, los sujetos prejubilados manifiestan la dificultad que han presentado entorno a estos cambios, debido a que presentan dificultades en tener la habilidad y fluidez en comparación con los “nuevos” profesionales y esto genera que se retrasen en sus actividades laborales y el aumento del nivel de estrés.

“La relación con las herramientas tecnológicas en esta etapa, para mi han sido difíciles lógicamente, porque uno se tiene que adecuar nuevamente a las herramientas tecnológicas en cuanto a la capacitación” (S. Penagos, 3 de octubre de 2020).

Además de las herramientas tecnológicas, se han venido instaurando nuevas metodologías y estrategias en el ejercicio profesional, uno de ellos es el inglés; estos cambios de estructura o conocimiento se convierten en un desafío para los sujetos prejubilados que venían trabajando de una manera diferente.

“Temor a explorar cómo las herramientas, como a los nuevos idiomas, siempre es como un temor porque aunque se va superando y se tiene que buscar alternativas cómo hacerlo, siempre se le da más dificultad” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

Ante estos desafíos, los sujetos prejubilados expresan su disposición a aprender y un anhelo por desarrollar de buena manera sus funciones hasta el último día; una de las estrategias que emplean para mejorar en sus habilidades con las tecnologías es recurrir a sus familias y a sus compañeros de trabajo, con estos últimos se establece un diálogo de saberes donde los “nuevos” profesionales comparten su conocimiento estas herramientas y los prejubilados en las estrategias desarrolladas con base en sus vivencias.

“He tratado de adaptarme y acoplarme a toda esta tecnología, hay cosas que todavía no, pues que se me hace difícil como aprender, pero busco el mecanismo o busco a las compañeras de ahora que me expliquen” (A. Aguilar, 25 de septiembre de 2020).

Sin duda, las herramientas tecnológicas y la implementación de nuevas metodologías se instalan como un reto para los sujetos de prejubilados que los lleva a buscar estrategias para enfrentarse y superar acudiendo a sus relaciones sociales y familiares como apoyo.

Programas de formación para los sujetos prejubilados

Los sujetos prejubilados manifiestan que en sus empresas existen programas de capacitación entorno a la etapa de jubilación, la manera para participar varía según cada empresa como las temáticas abordadas. Durante la aplicación del instrumento se pudo evidenciar ciertas diferencias en los entornos donde los sujetos entrevistados están inmersos.

En primer lugar, en el entorno de educación la participación a los programas de prejubilados es voluntaria y está abierta al público, las temáticas abordadas se enfocan en las diferentes situaciones que van a vivenciar en la etapa de jubilación y estas son dadas por diferentes profesiones, cabe aclarar que los temas varían desde los cambios emocionales hasta la administración de los recursos en la nueva etapa.

“Hay unos cursos de prejubilación para ayudar a decidir y cómo va a ser todo el cambio, cómo va a ser todas las cosas, que se puede lograr y alcanzar y tener en la jubilación” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

Por otro lado, en el entorno de salud los programas para los prejubilados están constituidos, su participación es voluntaria, más el acceso a ellos requiere de una invitación previa para poder pertenecer y al ser una tarea administrativa se generan casos donde no llega la

invitación o llega en los últimos meses generando así que varios sujetos prejubilados no puedan acceder a esto. Las temáticas desarrolladas abordan las diferentes situaciones que se van a vivenciar en esta nueva etapa.

“El hospital nos da, tiene una actividad para los prejubilables entonces los preparan en un año o dos años, entonces por la parte de la institución yo si me siento apoyada” (A. Aguilar, 25 de septiembre de 2020).

Por último, en el entorno social y familiar existen programas para los prejubilados y la participación es voluntaria, sin embargo los sujetos prejubilados expresan su descontento con las temáticas abordadas ya que solo cuentan con la visión psicológica de esta etapa.

“No tienen conocimiento de que es jubilación y cómo preparar a los funcionarios para la jubilación primero porque desconocen el tema absolutamente y creen que para el trabajo de pre-jubilación ponen un psicólogo y yo pienso que una jubilación no es proceso psicológico” (J. Múnera, 5 de octubre de 2020).

Es de resaltar que la prejubilación es una etapa de preparación para el retiro laboral que va a ocurrir, por esto es importante adquirir herramientas para un tránsito satisfactorio y un disfrute de la jubilación. Para esto se hace necesario que las empresas o instituciones brinden capacitaciones que abarquen el afrontamiento emocional, relacional y económico del cambio que se va a vivir; es por esto que el acompañamiento no se debe brindar solo en un área del ser humano sino en un trabajo interdisciplinar que permita abordar todas las áreas que van a sufrir un cambio por esta situación y así poder equipar a los sujetos para afrontar los cambios.

Al mismo tiempo, estas capacitaciones deben tener un énfasis individual donde se incluya a las familias de los sujetos prejubilados y las posibles situaciones que se pueden

presentar en las relaciones y roles, dado que ambos van a enfrentarse a un cambio y es necesario el acompañamiento

Capítulo III

Relaciones construidas

En este capítulo se abordan las dinámicas familiares y sociales del sujeto en etapa de prejubilación. Como se planteaba anteriormente, la etapa de prejubilación trae consigo una reflexión y planeación del proyecto de vida que va a suscitar en el sujeto múltiples sentimientos; en relación con esto, es importante resaltar que,

La adaptación a la nueva situación puede ser especialmente difícil para aquellos que muestran una escasa inversión en los papeles extra-laborales en lo que respecta a las relaciones familiares, a la amistad, a la participación en alguna organización y a la dedicación a actividades de esparcimiento, ya que esto limita la presencia de importantes papeles extra-laborales para la definición de identidad que puedan sustituir el papel del trabajo abandonado (Chiesa & Sarchielli, 2008, p. 367).

Por consiguiente, los sujetos prejubilados cuando se enfrentan a estos cambios y desafíos expresan el deseo y necesidad de contar con relaciones familiares y sociales que sean para ellos una fuente de apoyo y acompañamiento en el transitar de esta etapa de ciclo vital. A continuación, mencionaremos los elementos encontrados respecto a esto en el contexto familiar y laboral en que se desenvuelve el sujeto prejubilado.

Contexto Familiar

Según la percepción de los sujetos prejubilados la familia va a constituir un apoyo fundamental para el transitar en esta etapa de ciclo vital y en la siguiente que es la jubilación. Para ello, es importante construir vínculos familiares donde el individuo halle las herramientas necesarias para crecer y desarrollarse emocionalmente, a la vez que permiten estructurar la

realidad de dicho individuo al definir reglas y limitaciones de comportamiento (Burutxaga et al, 2018). En este orden de ideas, los vínculos familiares que se vayan estableciendo al interior de las familias de los sujetos prejubilados van contribuir -positiva o negativamente- en el afrontamiento de los desafíos que trae consigo el ciclo vital de la prejubilación y más tarde la jubilación.

Es así como las familias de los sujetos prejubilados manifiestan el deseo que estos puedan descansar, dedicarse a lo que les gusta y compartir tiempo de calidad; es decir puedan enfocarse en ellos mismos y disfrutar del fruto de su trabajo.

[mi familia] *“piensan en que yo debo dedicar más tiempo para mí y quererme más y hacer más actividades pero que vayan en beneficio mío y no en beneficio de otras como de la institución, sino en mi beneficio”* (A. Aguilar, 25 de septiembre de 2020).

“Mi familia están muy ansiosos de que yo salga para poder compartir más tiempo con ellos, porque como dije anteriormente soy muy entregada al trabajo y hay veces laboró más de lo que debo laborar” (M. Guevara, 9 de octubre de 2020).

Durante las entrevistas aplicadas se logra identificar que existe un apoyo de las familias, pero de igual manera se percibe una tensión interna por parte de estas, ya que el sujeto prejubilado cuando ingrese a la etapa de jubilación va a permanecer más tiempo en el hogar, esto va a generar nuevas dinámicas familiares y un cambio en roles familiares. Con base en esto, los sujetos prejubilados manifiestan la posibilidad que las relaciones familiares cambien de manera positiva o negativa dependiendo de las construcciones relacionales que han configurado al interior del hogar.

Por otro lado, las familias de los sujetos prejubilados manifiestan la expectativa de poder compartir más tiempo juntos, dedicar más tiempo a fortalecer las relaciones, a disfrutar de

reuniones familiares, viajes y actividades juntos que no se han podido dar por las responsabilidades laborales de los sujetos prejubilados.

“Que vamos a tener momentos de los cuales no hemos podido concretar, cómo viajar, hacer otras actividades familiares reuniones en fin” (S. Penagos, 3 de octubre de 2020).

“Pues mi familia se alegra porque ellas me dicen que ya voy a descansar, que voy a poder hacer como otras cosas, también mi familia que está lejos para ir a visitar para que compartamos más, eso es lo que piensan pues que está muy bien y ellos se alegran” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

Es importante resaltar que la familia es una de las más fuertes redes de apoyo con la cual el sujeto cuenta para atravesar esta etapa, por ende sus opiniones van a propiciar un impacto de manera directa en el sujeto, generando posibles sentimientos de tranquilidad o una carga de estrés mayor, convirtiéndose en factores de riesgo o protección según el caso.

“Ellos en muchas ocasiones antes me critican y me juzgan por eso, me lo hacen como más complicado y de pronto me hacen sentir mal en muchas ocasiones” (A. Aguilar, 25 de septiembre de 2020).

“Mi familia en los retos laborales, pues, es un papel muy importante de apoyo siempre, de acompañamiento, de mucho diálogo, de darme mucha tranquilidad, de apoyarme en los momentos que se pueden presentar, pues mi familia ha sido un apoyo muy grande” (S. Penagos, 3 de octubre de 2020).

Igualmente, las familias son una fuente de apoyo para los sujetos prejubilados en la implementación de las herramientas tecnológicas y nuevas metodologías (inglés, formatos), siendo la familia percibida con un lugar seguro al cual acudir cuando necesitan ayuda en estas herramientas.

“Pues ellos contribuyen primero, aconsejándome, ayudándome como en actividades que tengo que realizar para el trabajo, ayudándome en el inglés, en la tecnología” (S. Méndez, 18 de julio de 2020).

“Pues como de mi entorno familiar; he recibido apoyo cuando se me ha dificultado alguna situación del manejo de las tecnologías” (S. Penagos, 3 de octubre de 2020).

En conclusión, la familia es una red de apoyo importante en esta etapa que ayudará también en la construcción de estrategias para afrontar este tiempo de reflexión en torno al proyecto de vida. De tal manera se puede determinar que cuando se trabaja con el sujeto prejubilable, a la par se debe trabajar con la familia, ya que esta transición permea todos los ambientes en que se mueve el sujeto y las relaciones funcionales y acompañamiento adecuado, son determinantes en este camino.

Contexto Laboral

El contexto laboral además de las actividades y tareas propias, brinda a los sujetos prejubilados la posibilidad de establecer relaciones y generar vínculos con los demás integrantes de su entorno laboral, con los que comparte experiencia dentro de la jornada y en ocasiones puede extenderse en actividades por fuera del ámbito laboral.

Estas relaciones dadas en el ámbito laboral pueden constituirse en un apoyo social que permitirá a los sujetos prejubilados sentir que “en situaciones problemáticas hay en quien confiar y a quien pedir apoyo. La percepción de que existe ayuda disponible por parte de otros, puede hacer que la magnitud estresora de un evento aversivo se perciba reducida” (Perez y Martín, 2006, p. 2). Es así como el apoyo social desarrollado por las relaciones laborales va a acompañar

al sujeto prejubilado en los desafíos que se generan, siendo una ayuda en los quehaceres de la labor.

“Siento que tengo con quien contar, mi familia sobre todo, mis compañeras cercanas de trabajo, personas que uno sabe que las puede buscar en cualquier momento y van a estar ahí para uno” (M. Guevara, 9 de octubre de 2020).

“Tengo una familia que siempre me ha apoyado, e igualmente tengo unos compañeros que están pendientes de mi proceso y me animan mucho” (A. Torres, 25 de julio de 2020).

En tal sentido, los sujetos prejubilados perciben en sus compañeros de trabajo una disposición e interés por apoyarlos en los retos laborales como la tecnología, el inglés o el uso de nuevas metodologías a los que se puedan ir enfrentando.

Por otro lado, es de resaltar que hay un temor por parte de los sujetos prejubilados a la situación de soledad que se pueda vivenciar al momento de retirarse y a la posibilidad de perder las relaciones sociales que se han construido gracias a su vida laboral.

“Mi temor es salir jubilado y no tener con quien compartir” (M. Guevara, 9 de octubre de 2020).

“En la parte afectiva y social pues me va a quedar más tiempo, me va a quedar más tiempo para compartir con ellos” (A. Aguilar, 25 de septiembre de 2020).

Por ello, el sujeto prejubilado se prepara para los cambios que van a venir y las relaciones laborales hacen parte de estos, es por esto que inician la búsqueda de estrategias que permitan fortalecer las relaciones que actualmente han establecido en el ámbito laboral y así cuando llegue el momento de retiro laboral estas relaciones no se pierdan, sino que permanezcan en el tiempo y se adaptan a unas nuevas dinámicas.

En conclusión, el sujeto prejubilado ha generado unas expectativas respecto a las relaciones laborales y familiares donde manifiesta la necesidad de comprensión por parte de estos dos contextos ante las formas en que afronten el cambio, además de generar un ambiente donde ellos puedan ser escuchados y así manifestar todos los sentimientos que provoca el retiro laboral.

Conclusiones

Una de las intencionalidades de esta investigación era visibilizar al sujeto prejubilado, que sus voces relataran la percepción de esta etapa y el impacto que ha tenido en las relaciones y el contexto que se desenvuelve. Es de aclarar que desde esta temática son limitada las construcciones teóricas desde una mirada social y familiar.

A través de las técnicas utilizadas en la investigación se logra dar respuesta a los objetivos planteados, dado que de manera general se logra comprender las percepciones que los sujetos prejubilados han estructurado en torno a la etapa que vivencian y al suceso próximo que es su retiro laboral. Con base en esto, se determinan las siguientes conclusiones.

1. Uno de los hallazgos significativos de esta investigación surge al plantear la prejubilación como etapa de ciclo vital, reconociendo los cambios que trae esta situación a la vida de los sujetos y al contexto que lo rodea, además de los procesos de adaptación que debe asumir cada sujeto y su familia a los retos que trae este ciclo.

2. Como etapa de ciclo vital la prejubilación se constituye como una fase de preparación emocional, legal, familiar y social para asumir el cese de actividades llamado jubilación. Además, la prejubilación trae consigo el desafío de replantear el proyecto de vida y gestionar las herramientas necesarias para asumirlo.

3. La etapa de prejubilación trae consigo una reflexión de los años trabajados y cada aprendizaje, reto o experiencia que se viven; lo que dio paso a que cada sujeto fuera desarrollando habilidades que le permitieron crecer en su forma de afrontar cada situación.

4. La etapa de prejubilación trae consigo una ambivalencia entre felicidad y miedo, un deseo por retirarse y disfrutar del tiempo libre enfrentado a una angustia por perder las relaciones establecidas, los retos económicos y no ejercer más su labor.

5. El factor económico es un elemento reiterativo y problematizado, los sujetos prejubilados manifiestan dado que se convierte en un desafío próximo ya que se da una reducción de sus salarios y que los enfrenta a la decisión de retirarse o continuar un tiempo más laborando.

6. Los sujetos prejubilados durante los años de vida laboral acumularon una variedad de saberes basados en vivencias cotidianas que se fueron desarrollando en los diferentes campos donde el sujeto se desenvuelve en conjunto a las vinculaciones afectivas que se fueron constituyendo; saberes que permitieron moldear su carácter donde han tenido que aprender a renunciar y defender sus percepciones y sus puntos de vista, con el fin de buscar la funcionalidad en su vida laboral y relacional.

7. No se busca atesorar los saberes adquiridos y restringirlo de las nuevas generaciones, al contrario hay voluntad de parte de los sujetos prejubilados a enseñar y transmitir sus saberes, con el fin de empoderar y enriquecer a los nuevos profesionales brindándoles todas las estrategias y conocimientos los cuales evitaren retrocesos en las instituciones, e indirectamente se dará valor agregado al saber del sujeto prejubilable.

8. La era de la tecnología tiende a producir malestar en los sujetos prejubilables, ya que hay arraigos de los cuales hay que desprenderse para modificar, todo cambio implica esfuerzo, pero los sujetos se tornan motivados a esta adaptación al cambio. Sin duda, las herramientas tecnológicas y la implementación de nuevas metodologías se instalan como un reto para los

sujetos de prejubilados que los lleva a buscar estrategias para enfrentar y superar acudiendo a sus relaciones sociales y familiares como red de apoyo.

9. Los prejubilados conciben fundamental contar con redes de apoyo descritas como las relaciones familiares y sociales para enfrentar los cambios y desafíos que trae consigo esta nueva etapa de ciclo vital. Por consiguiente, los sujetos buscan estrategias que permitan fortalecer dichas relaciones o crear unas nuevas.

10. La familia va a contribuir positiva o negativamente al afrontamiento de los desafíos y las dinámicas que desarrolle el sujeto prejubilado para transitar en esta etapa. Además, la familia sirve de ente motivador que les permite a los sujetos la posibilidad de disfrutar el cambio.

11. Las relaciones establecidas en el ámbito laboral pueden constituirse en un apoyo social que permitirá a los sujetos prejubilados sentir que en situaciones problemáticas hay en quien confiar y a quien pedir apoyo.

12. Uno de los miedos que resaltan los sujetos prejubilados, es la soledad; la posibilidad de perder las relaciones construidas en su vida laboral es por esto que inician la búsqueda de estrategias que permitan fortalecer las relaciones que actualmente han establecido en el ámbito laboral y así cuando llegue el momento de retiro estas relaciones no se pierdan.

13. Es significativo resaltar la importancia que tienen las familias en esta etapa, es por eso que se propone diseñar un plan de acompañamiento integral donde no solo se aborde al sujeto en esta etapa, sino también se brinde pautas al núcleo familiar sobre los cambios que se aproximan para ambos, que permitan potencializar su forma de enfrentar los cambios, las relaciones, manejo del tiempo y roles.

14. Es evidente la necesidad de adquirir herramientas que permitan un tránsito satisfactorio y eficaz para este sujeto prejubilable. Para esto se hace necesario que las empresas o instituciones brinden capacitaciones que abarquen el afrontamiento emocional, relacional y económico del cambio que se va a vivir; es por esto que el acompañamiento no se debe brindar solo del área psicológico sino de un trabajo interdisciplinar que permita abordar todas las áreas que van a sufrir un cambio por esta situación y así poder equipar a los sujetos para afrontar el tránsito.

15. Al considerar la prejubilación como una etapa de ciclo vital familiar, es tarea del Estado plantear políticas públicas donde se tenga en cuenta tanto al sujeto en etapa de prejubilación como a sus familias y se brinde un acompañamiento integral respecto a las problemáticas que surgen al estar en dicha etapa. En compañía con las empresas se deben generar estrategias o programas que respondan a las verdaderas demandas de los sujetos en la etapa de prejubilación, donde se realice un acompañamiento individual y familiar que pueda abarcar las necesidades emocionales, pero además la parte económica, relacional, diseñar un proyecto de vida, etc.

16. Finalmente, esta investigación se plantea como un punto de partida para la construcción de nuevo conocimiento donde la academia ahonde más en el concepto de prejubilación y las dinámicas que se desarrollan, para así generar una transformación en lo conceptual y por ende en la intervención con los sujetos prejubilados.

Anexos

Anexo I: Entrevista semiestructurada

Comprender la percepción que tienen los sujetos sobre su retiro laboral en la etapa de prejubilación.	
¿Cuál es la percepción que usted tiene al saber que está próximo a jubilarse?	
¿Qué expectativas tiene sobre sus últimos años laborales?	
¿Cuáles son los retos presentes en relación con la etapa de jubilación?	
Analizar las dinámicas familiares del sujeto en la etapa de prejubilación.	
¿Qué piensa su familia sobre su etapa de prejubilación?	
¿Qué expectativas genera esta etapa en su familia?	
¿De qué manera contribuye su familia en esta etapa de su vida?	
¿Qué papel juega su familia en los retos laborales que se presentan en esta etapa de prejubilación?	

<p>Agregar las dinámicas familiares</p> <p>Se cambiaron los roles</p> <p>El rol de autoridad cambiaria</p>	
<p>Describir los retos a los que se enfrenta el sujeto en etapa de prejubilación en su entorno social, laboral y relacional.</p>	
<p>¿Cuáles han sido sus mayores desafíos en esta etapa de prejubilación?</p>	
<p>En esta etapa de prejubilación ¿Se han modificado sus relaciones laborales?</p>	
<p>¿De qué manera contribuyen las relaciones sociales en su etapa de prejubilación?</p>	
<p>¿Cómo ha sido su relación con las herramientas tecnológicas en esta etapa?</p>	
<p>En su sector laboral, ¿hay una capacitación constante sobre los conocimientos propios del área al cual pertenece?</p>	
<p>¿Cómo responden los compañeros de trabajo ante la idea próxima del retiro laboral?</p>	

<p>¿Cuenta con el apoyo de una red social (familia, amigos, colegas) con la cual compartir dicho proceso?</p>	
<p>¿La institución en la que trabaja tiene un programa para la etapa de preparación del retiro laboral y jubilación? ¿Usted participa? ¿Cómo le ha servido? ¿Responde a tus necesidades? ¿Es llamativo?</p>	
<p>¿Se ha sentido excluido de cualquier actividad de su trabajo? Especifique.</p>	
<p>Identificar las construcciones generadas por el sujeto a partir de las vivencias de la etapa de prejubilación.</p>	
<p>¿Qué cambios ha tenido su vida, al ingresar a esta etapa de prejubilación?</p>	
<p>Con base en lo vivido en su etapa de prejubilación, ¿cómo se imagina usted el último mes laboral?</p>	
<p>Describir el mayor desafío que ha tenido que enfrentar en esta etapa de prejubilación.</p>	
<p>¿Cuál cree que pueden ser acciones a nivel laboral, familiar o social que permitan acompañarla en su proceso de prejubilación?</p>	

Anexo II: Observación participante

Guía de observación participante

“Proceso de Prejubilación”

Percepción del sujeto sobre su retiro laboral en la etapa de prejubilación

Condiciones para la observación:

- El observador debe adquirir previamente un permiso para realizar la observación.
- Debe estar cerca de las personas durante un tiempo determinado, para escuchar conversaciones y observar formas de relacionamiento
- Debe guardar silencio durante toda la sesión para no interrumpir.
- Es importante que los sujetos, tengan conocimiento del ejercicio en práctica.
- Tomar nota de aspectos relevantes de los sujetos observados en cada uno de sus contextos.

Información general

1. Nombre y Apellido:
2. Lugar donde labora:
3. Ocupación:
4. Edad:
5. Tiempo en espera a jubilarse:
6. Fecha y hora:

Acciones a observar

1. Expresiones acerca de la jubilación. (expectativas, sueños, miedos, experiencias)
2. Como son las formas de relacionarse en torno a lo laboral y familiar.
3. Actitud que toma frente a la implementación de las herramientas tecnológicas.
4. Se presentan asuntos familiares que se puedan relacionar en la etapa en que se encuentra. (Dinámicas, conflictos, cambios de roles, dependencias).
5. Acompañamiento por parte de la entidad en el proceso de prejubilación.
(Capacitaciones, seminarios, cursos, acompañamiento legal)
6. Cambios en el entorno frente a esta etapa a nivel social. (Círculos de amigos, a nivel cultural, manejo del tiempo, lugares)
7. Mayores desafíos en su entorno laboral.
8. Qué expectativas se manifiestan entorno a la jubilación. (Enfrentarse a las nuevas metodologías)
9. Cuáles son los grandes saberes. (Las acciones en las cuales tiene mayores experiencias que las demás personas).
10. Expresiones en torno a modificaciones en su salud, debido a la etapa de prejubilación
(cansancio, estrés, cambios físicos, dolencias, enfermedades crónicas, depresión, ansiedad)

Anexo III: Consentimiento Informado

Consentimiento informado

“Proceso de Prejubilación”

Percepción del sujeto sobre su retiro laboral en la etapa de prejubilación

Fecha:

Yo _____ identificado con cédula de ciudadanía _____, manifiesto que: Acepto de manera voluntaria mi participación en la investigación “Proceso de Prejubilación: Percepción del sujeto sobre su retiro en la etapa de prejubilación. Un estudio de caso en el año 2020”. Estoy enterado de los propósitos de la investigación y tengo claro el uso que se le dará a la información solicitada. Así mismo autorizo los registros físicos o digitales con propósitos investigativos o académicos, en cualquier tiempo. Los profesionales responsables de la investigación me garantizan el respeto por el derecho a la confidencialidad, reserva e intimidad de la información que yo suministre.

Firma de la participante: _____

Nombre completo del entrevistador: _____

***Confidencialidad**

Los profesionales responsables del tratamiento de los datos, entiende que a través del diligenciamiento de este formato usted nos autoriza para recolectar, almacenar, circular y usar sus datos personales, en cumplimiento de lo establecido por las normas vigentes: Ley 1581 de 2012, y demás normas que la reglamentan o complementan y que en cualquier momento puede ejercer sus derechos para actualizar, corregir o suprimir sus datos.

Referencias

- Acuña Gurrola, M. D. R., & González Celis Rangel, A. L. (2011). Autoeficacia y red de apoyo social en adultos mayores. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 2(2), 59.
<https://doi.org/10.5460/jbhsi.v2.2.26792>
- Agüero Servin, María de las Mercedes (2011). Conceptualización de los saberes y el conocimiento. *Revista Decisio*, 30. CREFAL
- Alpízar Jiménez, Idalia (2011). JUBILACIÓN Y CALIDAD DE VIDA EN LA EDAD ADULTA MAYOR. *Revista Abra*, 31(42), 15-26. Universidad Nacional. Costa Rica
- Aranda, Carolina y Pando, Manuel (2013). contextualización del apoyo social y las redes de apoyo social. *Revista IIPSI*.XVI (I)
- Arias Borja, Nelson Daniel (2012). dinámica familiar conflictivo, repercusiones en el desarrollo psicológico de los niños del centro de acogida “padre antonio amador”: proyecto salesiano “chicos de la calle”, guayaquil, año 2012. Universidad de Guayaquil.
Recuperado de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/6493>
- Arias Castilla, Carmen Aura (2006). Enfoques teóricos sobre la percepción que tienen las personas. *Revista Horizonte Pedagógico*. 8:1. 9 -22.
- Arias, C. J. (2009). La red de apoyo social en la vejez. Aportes para su evaluación. *Revista de Psicología Da IMED*, 1, 147–158.
- Arias, C. J. (2015). La red de apoyo social. Cambios a lo largo del ciclo vital. *Revista Kairós Gerontologia*, 18 (20), 149 -172. Temático: "Aspectos positivos en la vejez. Cuestiones teóricas". São Paulo (SP), Brasil.

- Barajas Montes de Oca, Santiago (2000). Derechos del pensionado y del jubilado. Nuestros Derechos. Universidad Nacional Autónoma de México Recuperado en http://biblioteca.diputados.gob.mx/janium/bv/lvii/6derpen_jub.pdf
- Bautista-lacambra, S. (2020). El ciclo vital en la familia: una estructura conceptual dinámica. MPRA, 102514.
- Blázquez Agudo, Eva Maria (2019). El cese de la actividad laboral del trabajador al llegar a la edad legal de jubilación: derechos y deberes. BBVA. Recuperado en <https://www.jubilaciondefuturo.es/es/blog/el-cese-de-la-actividad-laboral-del-trabajador-al-llegar-a-la-edad-legal-de-jubilacion-derechos-y-deberes.html>
- Beytía R, P. (2017). Vínculos familiares: una clave explicativa de la felicidad. Reyes, Carmen y Muñoz, Mónica. La Familia En Tiempo de Cambio, 1-18. Santiago: Ediciones UC.
- Bonilla Castro, Elissy y Rodríguez Sehk, Penélope (1997). Más allá del dilema de los métodos. Bogotá.
- Burutxaga, I., Pérez-Testor, C., Ibáñez, M., De-Diego, S., Golanó, M., Ballús, E., & Castillo, J. A. (2018). Apego Y Vínculo: Una propuesta de la delimitación y diferenciación conceptual. *Temas Del Psicoanálisis*, 15, 1–17.
- Carmona Portocarrero, Cristina Isabel; Cely, Javier; Nemeguen, Raul; Sanabria, William (2008) Características del proceso de duelo por pérdida de actividad laboral que se presenta en población en proceso de pre-jubilación del Dane. *Umbral Científico*, (12), 101-116.
- Castaño, Wendy; Córdoba, Ivana; Lima, Andrea; Padilla, Laura y Ramos, Yomaira (2019). Ciclo Vital Individual. Universidad Nacional de Aprendizaje. Bogotá. Recuperado en <https://www.docsity.com/es/ciclo-vital-individual-1/5088516/>

Chiesa, Rita; Sarchielli, Guido (2008). Prepararse para la jubilación: el papel del apoyo social en la gestión de la ansiedad. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 24(3), 365-388. Recuperado en http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1576-59622008000300006&lng=es&tlng=es.

Chiesa, Rita & Sarchielli, Guido. (2008). Prepararse para la jubilación: el papel del apoyo social en la gestión de la ansiedad. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 24(3), 365-388.

Colpensiones (s.f). Paso a Paso para pensionarse. Colpensiones. Recuperado en https://www.colpensiones.gov.co/pensiones/Publicaciones/proximos_a_la_pension/Pension/paso_a_paso_para_pensionarse

Contreras, Jaime (s.f). Fichas bibliográficas y de trabajo. Seminario de Tesis. Recuperado en <https://www.uv.mx/personal/nufernandez/files/2011/04/TIPOS-DE-FICHAS.pdf>

Cooperativa de Profesores de la Universidad Nacional (2013). Taller Para Pre-Pensionados: aprendiendo a asumir nuevos retos. Universidad Nacional de Colombia. Recuperado en http://bienestar.bogota.unal.edu.co/ver_noticia.php?id_noticia=239

Corte constitucional (2016). Sentencia T-357. República de Colombia.

Cruz, Roxana (2011). Retiro laboral y ajuste a la jubilación de hombres y mujeres en la mediana edad. *Actualidades Investigativas en Educación*, 11(1), 1-28. Recuperado en https://www.researchgate.net/publication/280983347_Retiro_laboral_y_ajuste_a_la_jubilacion_de_hombres_y_mujeres_en_la_mediana_edad

Dane (2019). La población de Colombia es de 48,2 millones de habitantes, según el DANE. República de Colombia. Bogotá. Recuperado en

<https://id.presidencia.gov.co/Paginas/prensa/2019/190704-Poblacion-de-Colombia-es-de-48-2-millones-habitantes-segun-DANE.aspx>

Decreto 1227 del 2005. Artículo 75

Decreto 1567 de 1998: Capítulo 3.

Decreto 1833 del 2016.

Decreto 36 de 1998.

Departamento Nacional de Planeación (s.f). La Educación en Colombia. Recuperado en <https://www2.dnp.gov.co/programas/desarrollo-social/subdireccion-de-educacion/Paginas/subdireccion-de-educacion.aspx>

De Souza, A., Pelegrini, T. D. S., Ribeiro, J. H. de M., Pereira, D. S., & Mendes, M. A. (2015). Concept of family insufficiency in the aged: critical literature analysis. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 68(6), 1176–1185.

Díaz, A (2019). Porcentaje de población mayor de 65 años en la Unión Europea en 2018, por país. Statista. Recuperado en <https://es.statista.com/estadisticas/629396/porcentaje-de-poblacion-mayor-de-65-anos-en-los-paises-de-la-ue/>

Díaz Bravo, Laura; Torruco García, Uri; Martínez Hernández, Mildred y Varela Ruiz, Margarita (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación Médica*, 2(7), 162-167. Universidad Nacional Autónoma de México. México.

Díaz Sanjuan, Lidia (2011). La Observación. Universidad Nacional Autónoma de México. División de estudios profesionales coordinación de psicología clínica. Recuperado en http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/La_observacion_Lidia_Diaz_Sanjuan_Texto_Apoyo_Didactico_Metodo_Clinico_3_Sem.pdf

Diccionario Mapfre (2008). Retiro pensional. España.

Domínguez García, Carmen y Vera Luque, Carmen (2000). Jubilación y prejubilación. Un modelo de participación con prejubilados. *Acciones e investigaciones sociales*, N° 11, 113-124.

D'Angelo Hernández, Ovidio (2000). PROYECTO DE VIDA COMO CATEGORÍA BÁSICA DE INTERPRETACIÓN DE LA IDENTIDAD INDIVIDUAL Y SOCIAL. *Revista Cubana de Psicología*, 17(3).

Escobar Alonso, B. J., & Garzón González, G. (2017). Construcción del vínculo afectivo en relación entre padres e hijos: un abordaje desde la privación de la libertad. Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio.

Estremero, J., & García Bianchi, X. (2004). Familia y ciclo vital familiar. In *Manual para la salud de la Mujer*, 19–22.

Fernández, Xinia y Robles, Arodys (2008). I Informe estado de situación de la persona adulta mayor en Costa Rica. Universidad de Costa Rica. Recuperado en https://ccp.ucr.ac.cr/espam/descargas/ESPAM_cap5web.pdf

Fortaleza, José (1990). La preparación para el retiro. *Revista canales de psicología*, 6 (2), 101-114 - 101 - Universidad Complutense de Madrid

Froidevaux, A. (2018). A Life Design Perspective on the Work to Retirement Transition. In V. Cohen-Scali, J. Rossier, & L. Nota (Eds.), *New perspectives on career counseling and guidance in Europe: Building careers in changing and diverse societies* (pp. 89–104). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-61476-2_6

- Fuster, Doris (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1). Recuperado en https://www.researchgate.net/publication/330233808_Investigacion_cualitativa_Metodo_fenomenologico_hermeneutico
- Fuster Guillen, Doris Elida (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1).
- Galeano Romero, Pablo Fernando (2019). El fuero de estabilidad por pre pensionado en el sector privado: ¿una extralimitación de la Corte Constitucional o la protección de un derecho Fundamental? Reflexiones sobre su aplicación en Colombia. Universidad Católica de Colombia. Recuperado en <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/22986/1/El%20fuero%20de%20estabilidad%20por%20pre%20pensionado%20en%20el%20sector%20privado.pdf>
- Galindo, Mauricio (2019). Pensionarse en Colombia: ¿un sueño realmente imposible? *Revista Portafolio*. Recuperado en <https://www.portafolio.co/mis-finanzas/jubilacion/pensionarse-en-colombia-un-sueno-realmente-imposible-528686>
- García Hernández, María Dolores; Martínez Garrido, Cynthia; Martín Martín, Naiara y Sánchez Gómez, Lorena (2018). Metodología de Investigación Avanzada. Recuperado en http://www.uca.edu.sv/mcp/media/archivo/f53e86_entrevistapdfcopy.pdf
- Ghiso, A. (2000). Potenciando la diversidad; diálogo de saberes, una práctica hermenéutica colectiva. *Desenvolvimento Del Medio Ambiente*, 1–13. Recuperado en http://seminariodeinvestigacionii.bligoo.com.co/media/users/10/528344/files/53945/potenciando_diversidad_1_dialogo_de_saberes.pdf
- Gómez Hernández, E., Vásquez Arenas, G., Betancur Arias, V., Martínez Giraldo, D., Ocampo Bedoya, M., Uribe Cardona, E., Soto López, M., Ramírez Henao, M., Jafeth Leyes, E.,

Karupia, W., Lectamo, J. N., Medina, B., Atehortúa, O., Valdés, D., & Arcos R., A. (2015). *Diálogos De Saberes E Interculturalidad* (Puño y Letra Editores).

Gualtero Pinzón, Marisol (2016). Importancia del proyecto de vida, como eje motivacional para el ingreso a estudios superiores, en los estudiantes de los grados 10° y 11°, de la Institución Educativa Técnica La Chamba, del Guamo - Tolima. Facultad de ciencias de la educación. Universidad del Tolima

Healthwise (2019). Ciclo de vida familiar. Cigna. Recuperado en <https://www.cigna.com/individuals-families/health-wellness/hw-en-espanol/temas-de-salud/ciclo-de-vida-familiar-ty6171>)

Hernández Rodríguez, Gerardo (2010). La prejubilación y su repercusión en la familia. Recuperado en https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/13073/CC-113_art_7.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ishizawa, J (2012). NOTAS SOBRE LA GESTIÓN DEL DIÁLOGO DE SABERES. Diálogo de Saberes. Una aproximación epistemológica. Proyecto Andino de Tecnologías Campesinas. Perú.

Ley 100 de 1993. Artículo 262.

Ley 790 del 2002.

Losada, Andrés; Pedroso Chaparro, María del Sequeiros; Gallego-Alberto, Laura; Huertas, Cristina y Márquez González, María (2020). Sentimientos de ambivalencia y culpa en cuidadores familiares de personas con demencia. aspectos teóricos y prácticos. Recuperado en <http://www.informacionepsiquiaticas.com/admin-newsletter/uploads/docs/20200513121941.pdf>

Lucero Revelo, Esperanza y Yarce Pinzón, Eunice (2018). Intereses de formación, motivación y sentido de vida de trabajadores en proceso de prejubilación. *Revista Educación y Educadores*, 21(1). Recuperado en http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012312942018000100095&lng=es&nrm=iso

Mesias, Oswaldo (s.f). *La investigación cualitativa*. Universidad de Venezuela.

Minitrabajo (2020). *Reajuste pensional para el año 2020*.

Monagas Valls, C. (2016). *Apoyo social, el camino hacia la salud integral*. [Universidad de Las Palmas de Gran Canaria].

Monje Álvarez, Carlos Arturo (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica*. Universidad surcolombiana facultad de ciencias sociales y humanas. programa de comunicación social y periodismo. Neiva.

Morales González, Dulce Lisset; Rodríguez Mendoza, Jessica; Sosa Solís, Diego Iván y Tadeo Montoya, Mariana Lizeth (2016). *La percepción social con base a los estereotipos*. Recuperado en <http://vinculacion.dgire.unam.mx/vinculacion-1/Memoria-Congreso-2016/trabajos-ciencias-sociales/sociologia/13.pdf>

Moratalla, T., Carreras, A., & Villegas, J. (1992). *Apuntes sobre ciclo vital individual y familiar*.

Osorio, Paulina (2007). *Construcción Social de la Vejez y Expectativas ante la Jubilación en Mujeres Chilenas*. *Revista Universum*, 22 (2), 194-212. Recuperado en https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-23762007000200013

Oviedo, G. (2004). *La definición del concepto de percepción en psicología con base en la teoría Gestalt*. *Revista de Estudios Sociales*, 18, 86–96. Recuperado en

<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo;jsessionid=7F5628DA1662C75F2B1356426E524824.dialnet01?codigo=2349282>

Oyarzún, E. (s.f.). Ciclo vital individual. Universidad de Chile.

Perez, J y Martín D, F. (2006). El apoyo social. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales

Potocnik, Kristina; Tordera, Nuria; Peiró, José María (2008) Ajuste al retiro laboral en función del tipo de retiro y su voluntariedad desde una perspectiva de género. Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones. 24(3). 347-364. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid Madrid, España

Ramos, Erick (s.f). matrices de investigación y teorías de investigación. Recuperado en <https://prezi.com/sq3exaba64sw/matrices-de-investigacion-y-teorias-de-investigacion/>

Rojas, K., Gómez Urrego, J., Pazos Serna, V., & Grupo de investigación de pediatría. (2014). El ciclo vital individual. CCAP, 12(4), 9–20.

Romero Caraballo, Martha Patricia (2017). Significado del trabajo desde la psicología del trabajo. Una revisión histórica, psicológica y social, 34 (2).

Real Academia Española (2014). Diccionario de la lengua española. Recuperado en <https://dle.rae.es/>

Ruedas Marrero, Martha; Ríos Cabrera, María Magdalena y Nieves, Freddy (2009). Hermenéutica: la roca que rompe el espejo. Investigación y Postgrado, 24 (2), 181-201.

Rueda, Pedro y Vilarroel, Ildemaro (s.). El método hermenéutico-dialectico una estrategia para las ciencias de la conducta. Recuperado en <https://studylib.es/doc/4701249/el-m%C3%A9todo-hermen%C3%A9utico-dial%C3%A9ctico-una-estrategia-para-las>.

- Ruíz, A. F., Muñoz, A. M., Ramírez, A. L., & López, D. (2013). Manifestaciones de maltrato y abandono en las dinámicas familiares de las personas mayores vinculadas a la SLIS de la UPZ Danubio Azul [Universidad de La Salle].
- Sabido Ramos, O. (2016). Cuerpo y sentidos: el análisis sociológico de la percepción. *Debate Feminista*, 51, 63–80. <https://doi.org/10.1016/j.df.2016.04.002>
- Salazar; Montero; Muñoz; Sánchez; Santoro & Villegas (2012). Percepción Social. *Psicología Social*. 77 – 109. México. Recuperado en http://metabase.uaem.mx/bitstream/handle/123456789/1059/264_3.pdf?sequence=1
- Salgado Lévano, Ana Cecilia (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. Universidad de San Martín de Porres. *Liber*, 13(13). Lima.
- Sánchez, Geydi Demarchi; Aguirre, Manuela; Lozano, Nataly Yela y Viveros, Edison (2015). Sobre la dinámica familiar. Revisión documental. *Cultura Educación y Sociedad Revisión documental*, 6(2).
- Santa María, Mauricio; García, Fabián; Prada, Carlos; Uribe, María José y Vásquez, Tatiana (2009). El sector salud en Colombia: impacto del sgsss después de más de una década de la reforma. *Coyuntura Social*, 38, 41-103. Fedesarrollo, Bogotá, Colombia.
- Semenova Moratto Vásquez, Nadia; Zapata Posada, Johanna Jazmín y Messenger, Tatiana (2015). Conceptualización de ciclo vital familiar: una mirada a la producción durante el periodo comprendido entre los años 2002 a 2015. *CES Psicología*, 8 (2), 103-121.
- Sentencia SU 897 de 2012.
- Sentencia T-638 del 2016.
- Sentencia T-623 del 2011.

- Suriá Martínez, Raquel (2010). *Psicología social. Cognición y percepción social*. Recuperado en <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/14287/1/TEMA%203%20COGNICI%C3%93N%20Y%20%20PERCEPCI%C3%93N%20SOCIAL.pdf>
- Torres López, Teresa Margarita; Ramírez Flores, Luz Elena; Acosta Fernández, Martín y Parra Osorio, Liliana (2016). *MUJER Y TRABAJO: estudios desde la perspectiva psicolaboral*. Universidad Libre Seccional Cali. Recuperado en https://www.researchgate.net/profile/Teresa_Torres/publication/339389552_Mujer_y_trabajo_estudios_desde_la_perspectiva_psicolaboral/links/5e4ec0ea458515072dabe9d5/Mujer-y-trabajo-estudios-desde-la-perspectiva-psicolaboral.pdf#page=62
- Torres Velázquez, Laura Evelia; Ortega Silva, Patricia; Garrido Garduño, Adriana y Reyes Luna, Adriana Guadalupe (2008). Dinámica familiar en familias con hijos e hijas. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10 (2), 31-56.
- Zhan, Y., Wang, M., & Daniel, V. (2019). Lifespan perspectives on the work-to-retirement transition. *Work Across the Lifespan*, 581–604. Recuperado en <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-812756-8.00025-6>